



# NUORTEN VUOROVAIKUTUSTAITDOT

Nuorten vuorovaikutustaitojen kehittäminen toiminnallisien menetelmien työpajalla lissä

Hanna Rissanen

Opinnäytetyö  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Yhteisö- ja perusturvatyö  
Sosionomi (AMK)

2016

Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)

---

<b>Tekijä</b>	Hanna Rissanen	<b>Vuosi</b>	2016
<b>Ohjaaja</b>	Kuosmanen Voitto & Viinamäki Leena		
<b>Toimeksiantaja</b>	lin kunta/työllistämispalvelut		
<b>Työn nimi</b>	Nuorten vuorovaikutustaidot - Nuorten vuorovaikutustaitojen kehittäminen toiminnallisilla menetelmin työpajalla lissä		
<b>Sivu- ja liitemäärä</b>	59 + 58		

---

Tämä opinnäytetyö käsittelee nuorten vuorovaikutustaitoja ja sitä, onko niitä mahdollista kehittää toiminnallisilla menetelmin. Työn toimeksiantajana on lin kunta/työllistämispalvelut ja työ on tehty toiminnallisena lissä li pajalla.

Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena on ollut hankkia tutkimustietoa siitä, onko työpaja toiminnassa mukana olevien nuorten vuorovaikutustaitoja mahdollista vahvistaa toiminnallisilla menetelmin. Työn kirjallisen raportoinnin lisäksi li pajan ohjaajille on tehty ohjauskansio, jossa on vuorovaikutustaitoihin liittyviä toiminnallisia harjoitteita. Kansio on koottu tämän opinnäytetyön yhteydessä toteutetuista harjoitteista. Opinnäytetyö muodostuu opinnäytetyön raportoinnista, toiminnallisista osuuksista sekä ohjauskansiosta.

Opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen nojaten kerron opinnäytetyössä vuorovaikutustaidoista, nuorisotyöttömyydestä sekä syrjäytymisestä ja työpaja-toiminnasta. Lisäksi kerron opinnäytetyön aiheen valitsemisesta sekä työn tekemiseen liittyvistä valinnoista. Lopusta löytyy myös pohdintaa aiheesta ja työn tekemisestä.

Opinnäytetyö on laadullinen toimintatutkimus, jossa aineisto on kerätty kyselyillä, havainnoimalla toiminnallisia osuuksia sekä lähdemateriaaleja hyväksi käyttäen. Työn tuloksia analysoidessa suurin painoarvo on toiminnallisten osuuksien havainnoinnilla.

Asiasanat

vuorovaikutustaidot, toiminnallisuus, työpaja, nuoret, nuorisotyöttömyys

Degree programme in Social Services  
Bachelor of Social Services

---

<b>Author</b>	Hanna Rissanen	<b>Year</b>	2016
<b>Supervisor</b>	Kuosmanen Voitto & Viinamäki Leena		
<b>Commissioned by</b>	lin kunta/Työllistämispalvelut		
<b>Subject of thesis</b>	Young people's interaction skills - The development of young people's communication skills functional methods in the workshop li		
<b>Number of pages</b>	59 + 58		

---

This thesis deals with young people's interaction skills and discusses if it is possible to develop these skills by functional methods. The thesis was commissioned by li municipality/employment services and it was carried out functionally in the li municipality workshop.

One target of this thesis was to get research information on if it is possible to strengthen young people's communication and relationship skills by functional methods. This thesis produced also an instruction folder with functional activities that they can use to develop interaction skills. The thesis includes a report, functional parts and instruction folder.

The thesis deals with communication and relationship skills, youth unemployment, exclusion and workshop activities. There is also a summary about how I decided to choose the project and what happened during it.

The thesis is qualitative. The research material consists of surveys, observation of functional activities and of source materials. When I analyzed the observation of functional activities was emphasized.

**Key words** interaction, functionality, workshop, young people, youth unemployment

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	7
OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS .....	9
1.1 Aiheen valinta .....	9
1.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite sekä tutkimuskysymykset.....	11
1.3 Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus opinnäytetyössä.....	12
1.4 Toiminnallinen opinnäytetyö .....	16
1.5 Tutkimusaineisto .....	18
1.6 Eettisyys ja eettiset valinnat.....	19
2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS .....	23
2.1 Vuorovaikutustaidot ja sosiaalipsykologinen näkökulma siihen .....	23
2.2 Nuorisotyöttömyys .....	26
2.3 Työpajatoiminta .....	33
2.4 Syrjäytyminen .....	34
3 TOIMINNAN TOTEUTUS .....	38
3.1 Suunnittelu .....	38
3.2 Aloitus .....	39
3.3 Minäkuva .....	39
3.4 Arvot .....	40
3.5 Tunteet.....	41
3.6 Kommunikointi .....	42
3.7 Palautteen antaminen ja vastaanottaminen .....	42
3.8 Lopetus .....	43
3.9 Kuvia toiminnoista.....	44
4 OHJAUSKANSION KOKOAMINEN OHJAAJILLE .....	50
4.1 Kansion idea .....	50
4.2 Kansion sisältö.....	50
5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....	52
5.1 Kyselyt .....	52
5.2 Havainnointi .....	52
5.3 Kokonaisarviointi.....	55
6 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	57
7 POHDINTA .....	61

LÄHTEET .....	64
LIITTEET .....	68

## ALKUSANAT

Haluan kiittää tämän opinnäytetyön aiheen ideasta ja toteutuksen mahdollistamisesta Iin kunnan työllistämispalveluiden päällikköä Lea Aaltoa sekä Ii pajan henkilökuntaa, erityisesti Heli Haapaniemeä, joka mahdollisti toiminnallisten osuuksien toteutuksen ja oli itsekkin aktiivisesti mukana toiminnoissa. Erityiskiitokseni haluan osoittaa opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen osallistuneille nuorille Ii pajalla.

## 1 JOHDANTO

Nuoret ja nuorisotyöttömyys on ollut paljon otsikoissa viime aikoina. On puhuttu nuorten pahoinvoinnista ja syrjäytymisestä, sekä siitä, kuinka estää tai hillitä nuorisotyöttömyyttä. Vuoden 2013 alussa astui voimaan nuorisotakuu, se tarkoittaa sitä, että jokaiselle alle 25-vuotiaalle nuorelle ja alle 30-vuotiaalle vasta valmistuneelle tarjotaan työ-, työkokeilu- opiskelu, työpaja- tai kuntoutuspaikka viimeistään kolmen kuukauden kuluessa työttömäksi ilmoittautumisesta. Nuorisotakuuseen liittyy myös koulutustakuu, joka tarkoittaa sitä, että jokaiselle peruskoulunsa päättäneelle taataan koulutuspaikka lukiossa, ammatillisessa oppilaitoksessa, oppisopimuksessa, työpajassa, kuntoutuksessa tai muulla tavoin. Nuorisotakuun toimivuutta on kritisoitu kovasti usealla eri taholla. Ihmetellään, mistä johtuu, että niin moni nuori jää vaille työtä tai koulutusta, tai hänellä on muuten vaikeuksia sosiaalisissa kanssakäymisissään ja muissa arjen taidoissaan.

Kun aloin itse miettiä opinnäytetyöni aihetta, ajattelin, että se voisi liittyä jollakin tavalla ennaltaehkäisevään työhön, sen tarkempaa rajausta en ollut vielä osannut tehdä. Ollessani suuntaavan harjoittelun työssäoppimis- jaksolla lissä sosiaalitoimistossa, alkoi herätä ajatus, että työn aihe voisi liittyä jollakin tavalla nuoriin. Heillä tuntuu olevan vaikeuksia päästä elämässä eteenpäin ja kuitenkin he ovat tärkeässä roolissa maamme hyvinvoinnin säilymisen kannalta. Heillä on pitkä elämä vielä edessä ja he mahdollisesti luovat jälkikasvuakin tähän maahan. Mutta kuinka käy maamme hyvinvoinnin ja uusien sukupolvien, jos tämän hetken nuorilla on vaikeuksia omassa arjessaan? Kuinka he jaksavat, pystyvät ja kykenevät hoitamaan jälkikasvuun, jos omakin elämä on solmussa? Millaisia kasvaa heidän lapsistaan?

Tällaisia ajatuksia heräsi alkuvuodesta 2015. Mietin aihetta ja opinnäytetyötäni ja olin päässyt ajatuksissani niin pitkälle, että ajattelin opinnäytetyöni koskevan nuoria ja että haluaisin toteuttaa työn toiminnallisena. Harjoitteluni loppuvaiheessa opiskeluni tuli puheeksi lin kunnan työllistämispalveluista vastaavan henkilön kanssa ja hän innostui ajatuksistani. Sovimme, että palaamme asian tiimoilta myöhemmin asiaan.

Näin teimme ja työllisyysvastaava ”vinkkasi” että nuorten vuorovaikutustaitoihin voisi kiinnittää huomiota, siitä lähti tämän opinnäytetyön ajatus, jota sitten lähdin työstämään ajatuksissani. Lopulta aiheeksi tarkentuivat nuorten vuorovaikutustaidot ja olisiko niitä mahdollista kehittää toiminnallisilla menetelmin. Kohteeksi valikoituivat li-pajan alle 29 – vuotiaat nuoret. Sovimme li-pajan ohjaajan kanssa seitsemästä kerrasta, jolloin pidän nuorille toiminnallisia harjoitteita vuorovaikutustaitoihin liittyen. Toteutuksen ajankohta oli syksy 2015.

Eli perehdyn tässä opinnäytetyössä nuorten vuorovaikutustaitoihin ja olisiko niitä mahdollista kehittää toiminnallisilla menetelmin. Taustoituksessa otan selvää nuorisotyöttömyyden tilasta yleisesti sekä työpajatoiminnasta ja nuorten syrjäytymisestä. Työ on toiminnallinen ja laadin toiminnallisista osuuksista li-pajan työntekijöille työkaluksi kansion, jota he voivat käyttää myöhemmin työvälineenä. Opinnäytetyön toteutuksen ajatuksena oli, että työntekijät rohkaistuisivat käyttämään itse erilaisia toiminnallisia menetelmiä työssään.

Työ on laadullinen toiminta tutkimus, jossa olen kerännyt materiaalia laatimillani kyselyillä, havainnoimalla nuoria toiminnallisten osuuksien aikana sekä tutkimala eri tilastoja ja kirjallisuutta. Näiden kaikkien tietojen, materiaalien ja vertailujen pohjalta olen analysoinut nuorten vuorovaikutustaitoja ja pohtinut onko toiminnallisilla harjoitteilla mahdollista vahvistaa nuorten vuorovaikutustaitoja.



## OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

### 1.1 Aiheen valinta

Johdannossa jo avasin aiheen valintaan johtaneet seikat ja kuinka kaikki sai alkunsa. Tässä luvussa syvennän, miksi itse henkilökohtaisesti koin aiheen tärkeäksi. Aluksi kylläkin mietin, voinko tehdä tällaisesta aiheesta opinnäytetyön, kun en ollut varma, ovatko omatkaan vuorovaikutustaitoni niin hyvät. Mutta ehkäpä juuri siksi kiinnostuin aiheesta kovasti, voisin oppia samalla itsekin.

Tutkin vuorovaikutukseen liittyvää kirjallisuutta ja törmäsin mm. termeihin sosiaalinen vuorovaikutus, sosiaalisuus, vuorovaikutus, sosiaaliset taidot ja sosiaalinen kanssakäyminen. Pohdinkin, mitä eroa tai onko eroa sosiaalisilla taidoilla ja vuorovaikutustaidoilla, mitä on sosiaalisuus ja mitä vuorovaikutus. Nyyti Ry:n nettisivuilla sosiaalisuuden ja sosiaalisten taitojen ero oli aika hyvin eritelty. Seuraava teksti on referoitu heidän tulkinnoistaan.

Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot ovat eri asioita. Sosiaalisuus liittyy temperamentin piirteeseen. Siihen kuuluu, että ihminen luontaisesti nauttii muiden seurasta, asettaa sen yksinolon edelle ja hakeutuu muiden seuraan. Sosiaaliset taidot taas tarkoittavat sitä, että on opittu taito selvitä sosiaalisista tilanteista. Muilta saatu huomio, kiitos ja arvostus ovat tärkeitä sosiaaliselle ihmiselle. Tämän takia sosiaalinen ihminen on herkempi kritiikille ja ympäristön tuomalle paineelle suhteessa siihen, että on samanlainen kuin muut. Vähemmän sosiaaliselle ihmiselle on ihan luontevaa olla välillä yksinkin, olla itsenäinen eikä hän ole niin kiinnostunut tapaamaan jatkuvasti uusia ihmisiä. (Sosiaalisuus on eriasia kuin sosiaaliset taidot, Nyyti Ry 2016.)

Sosiaalisia taitoja voi kehittää koko ajan. Sosiaaliset taidot tarkoittavat kykyä olla muiden kanssa. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot voivat olla myös täysin riippumattomia toisistaan. Esimerkiksi ihminen voi haluta muiden seuraa, mutta olla samalla kyvytön tai lähes kyvytön tulemaan toimeen heidän kanssaan. Toisaalta hän voi olla kyvykäs, mutta haluton olemaan muiden kanssa. Sosiaalisten taitojen ei katsota olevan perinnöllisiä, kuten temperamenttipiirteet voivat

olla. Kiinnostus ihmisiä kohtaan ei vielä takaa sosiaalisia taitoja. Sosiaaliset taidot jokaisen täytyy opetella itse. Niitä on hyvä kehittää suurelta osalta malliopimisen ja saatujen kokemusten kautta, vanhempien ja opettajien tietojen ja kasvatuksen kautta sekä palautteiden perusteella. Eli varhaisten sosiaalisten taitojen oppiminen lähtee jo vauvana, kun vanhemmat luovat kontaktia vauvaansa. (Sosiaalisuus on eriasia kuin sosiaaliset taidot, Nyyti Ry 2016.)

Oppiminen ja sosiaalinen vuorovaikutus taas kehittävät sosiaalisia taitoja läpi elämän. Sosiaalisista taidoista on kyse esimerkiksi silloin, kun tapaamme ihmisiä ja ryhdymme juttelemaan heidän kanssaan. Esimerkiksi tutustuminen uusiin ihmisiin ja ystävyssuhteiden luominen ja niiden ylläpitäminen vaativat myös sosiaalisia taitoja. Sosiaaliin taitoihin kuuluu, että kykenee kommunikoimaan erilaisten ihmisten kanssa erilaisissa tilanteissa. (Sosiaalisuus on eriasia kuin sosiaaliset taidot, Nyyti Ry 2016.)

Sosiaaliset ja vuorovaikutustaidot sisältävät pitkälti samankaltaisia osaamisen osa-alueita sekä molemmat määrittelevät henkilön kyvykkyyttä toimia sosiaalisissa tilanteissa. Keskeisiä sosiaalisia ja vuorovaikutustaitoja ovat muun muassa keskustelu-, neuvottelu-, esiintymis-, yhteistyö-, empatia- ja viestintätaidot. Tarkemmin tarkasteltuna joitakin eroavaisuuksia on kuitenkin nähtävissä. Vuorovaikutus ja vuorovaikutustaidot perustuvat kokonaisvaltaisempaan viestintään, kun taas sosiaaliset taidot korostuvat erityisesti ihmisten välisissä sosiaalisissa tilanteissa. Viestintätaito voidaan näin ollen nähdä enemmän osana vuorovaikutustaitoja. (Kauppila 2005, 24–25.)

Kun sain nämä eri termit selvitettyä itselleni, aloin pohtimaan, mitä niihin vuorovaikutustaitoihin sitten liittyy, jotta osaa toimia vuorovaikutuksellisesti laadukkaasti, eli millaisia taitoja tarvitaan. Tutkin kirjallisuutta lisää, jotta saisin tarkennusta siitä, mitä vuorovaikutus pitää sisällään.

Vuorovaikutus voidaan jakaa sanalliseen ja sanattomaan viestintään. Sanallisella viestinnällä tarkoitetaan puhuttua kieltä ja sanattomalla ei-kielellistä vuorovaikutusta kuten ilmeitä ja eleitä. Ilmeillä ja eleillä voidaan tehostaa sanallista vuorovaikutusta. Itse ajattelin kirjallisuutta tutkiessani ja aihetta pohtiessani, että

jotta saavutettaisiin hyvä vuorovaikutuksellinen tilanne, on tärkeää olla aito, hyväksyä itsensä ja suhtautua vuorovaikutustilanteeseen myönteisesti ja kiinnostuneesti. Niinpä lähdin pohtimaan asioita, mitä voisimme nuorten kanssa harjoitella opinnäytetyön toiminnallisessa osassa, jotta myös heidän vuorovaikutustaitonsa kehittyisivät. Käytettävissämme oli 8 eri kertaa, jotka kuitenkin supistuivat aikataulullisista syistä 7 kertaan. Jokaisella kerralla käytettävissämme oli 2 tuntia.

Lähdin ajatuksesta, että ensin täytyy tuntea itsensä, jotta voi olla aidosti kiinnostunut toisesta. Tämän ajatuksen pohjalta suunnittelin kahdelle ensimmäiselle kerralle toiminnaksi itsetuntemukseen liittyviä harjoituksia. Kolmannella ja neljännellä kerralla perehdyimme tunteisiin. Viidennellä ja kuudennella kerralla kävimme läpi kommunikointiin ja viestimiseen sekä palautteen antoon ja vastaanottamiseen liittyviä harjoitteita. Viimeisellä kerralla kävimme läpi jakson antia. Kerron näistä aiheista ja toimintojen sisällöistä tarkemmin myöhemmissä kappaleissa.

## 1.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite sekä tutkimuskysymykset

Lapin ammattikorkeakoulun nettisivuilla opinnäytetyö osion esittelyssä kerrotaan, että opinnäytetyön tavoitteena on pyrkimys ammatilliseen kasvuun ja asiantuntijuuden kehittämiseen. Sivuilla kerrotaan että opinnäytetyöskentelyssä opitaan tunnistamaan, määrittelemään ja rajaamaan työelämän ongelmia, soveltamaan teorian tietoja luovasti todellisiin työelämän ongelmiin, hankkimaan ja hallitsemaan työelämän ongelmissa tarvittavaa tietoa, työskentelemään itsenäisesti ja vastuullisesti, toimimaan yhteistyössä ja hallitsemaan projekteja, arvioimaan omaa toimintaa kriittisesti ja kehittämään sitä, sekä raportoimaan omaa työtä suullisesti ja kirjallisesti. (Lapin AMK 2016. Opinto-opas.)

Tavoitteenani on ensinnäkin saavuttaa nuo yleiset tavoitteet. Varsinaiset tavoitteeni ja tarkoitukseni, miksi toteutan juuri tällaisen opinnäytetyön, on se, että halusin tehdä työn toiminnallisena koska tuntui että sitä kautta pääsisin sukeltamaan syvemmälle aiheeseen ja saisin aiheesta paremmin kiinni. Myös ajatus

siitä, että tämän tyyppinen opinnäytetyö mahdollisesti antaa enemmän hyötyä niin työn kohteelle kuin itselleni, kiinnosti.

Varsinainen tavoite työlleni on hankkia tutkimustietoa toiminnallisten menetelmien hyödyntämisestä vuorovaikutustaitojen kehittämisessä pajatyössä. Toiminnallisen osion tavoitteenani on kannustaa toimintaan osallistuvia nuoria kehittämään itseään ja saada heille positiivisia kokemuksia sekä ajattelemisen aihetta omaan elämään ja elämän valintoihin liittyviin kysymyksiin ja sitä kautta saada heidät rohkaistumaan osallistumaan erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin.

Tutkimuskysymykseni, joiden pohjalta lähdin tätä työtä tekemään, olivat seuraavanlaiset:

1. Millaiset pajatyössä mukana olevien nuorten vuorovaikutustaidot ovat ja voiko niitä vahvistaa toiminnallisten menetelmien avulla?
2. Mikä merkitys nuorten vuorovaikutustaidoilla on pajatyöskentelyssä?
3. Miksi vuorovaikutustaidot ylipäänsä ovat tärkeitä, vai ovatko?

Tärkein näistä kysymyksistä on ensimmäinen, eli ensin minun täytyy selvittää millaiset nuorten vuorovaikutustaidot todella ovat ja sen jälkeen varmistaa toimintojen kautta, onko niitä mahdollista vahvistaa toiminnallisilla menetelmillä. Samalla koetan selvittää lähteiden ja tutkimusaineiston avulla vastaukset myös muihin tutkimuskysymyksiini.

### 1.3 Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus opinnäytetyössä

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tutkittavan ilmiön ymmärtäminen, selittäminen, tulkinta ja usein myös soveltaminen. Tässä tapauksessa tutkittavana ilmiönä ovat työpajatoimintaan osallistuvien nuorten vuorovaikutustaidot. Tutkimuksen kohteena on yleensä ihminen ja ihmisen maailma, siksi tutkimustuloksiin saattaa vaikuttaa tutkijan mielenkiinto asiaan, koska tutkijan elämäntapa, ammatti sekä aikaisempi oman elämän historia vaikuttavat näkökulman valintaan. Laadullista tutkimusta aloittaessa on hyvä lähteä liikkeelle avoimin, ennako-oletuksista vapain mielin. Tutkijan on hyvä olla aiheesta aidosti kiinnostunut ja sen verran sisältöön perehtynyt, että hän osaa havaita tutkittavaan asi-

aan olennaisesti liittyvät seikat, muuten voi eksyä polulta. Toisaalta liian kapealaisesti katsottu tutkimuksen tekeminenkään ei ole järkevää, sillä silloin voi jäädä havaitsematta tutkimuksen tekemisen kannalta oleellisia seikkoja. (Anttila 2006, 275 – 276.)

Itsellänihän tuo aiheen punainen lanka meinasi välillä karata ja aihe lähteä rönnylemään ja tajusin, että oli aiheellista tutkia aihetta tarkemmin, ennen kuin etenen varsinaisessa työssä eteenpäin. Kun sisäistin asioita tarkemmin, oli hyvä jatkaa taas eteenpäin.

Laadullisella tutkimusmenetelmällä toteutettavaan tutkimukseen sisällytetään kysymys, jolla täsmennetään, tutkitaanko kokemuksiin vai käsityksiin liittyviä merkityksiä eli mitä merkityksiä tutkimuksessa tutkitaan? Tutki ja kehitä kirjassa kirjoitetaan sivulla 118 lähteeseen (Laine 2001 Miten kokemusta voi tutkia?) viitaten, että kokemusten ja käsitysten suhde on ongelmallinen. Kokemus on aina omakohtainen ja käsitykset muotoutuvat sen mukaan. Tekstissä painotetaan, että tutkijan on tärkeää olla tietoinen käsitysten ja kokemusten välisestä erosta asettaessaan tutkimuksensa tutkimusongelmaa ja tavoitteita. (Vilkka 2015, 118.)

Tähän törmäsin itsekin tutkimuskysymyksiä miettiessäni. Mietin, että voiko olettaa suoraan, että nuorten vuorovaikutustaidot ovat huonot, jos joku muu niin sanoo. Mietin myös, lähdenkö lähestymään aihetta työntekijöiden näkökulmasta vai nuorten näkökulmasta. Alkuperäinen ajatushan oli vähän sen suuntainen, että työtä lähestytään työntekijöiden kantilta. Pähkäillessäni asiaa, tulin kuitenkin siihen tulokseen, että nuorten kannalta hyödyllisempää on aihetta lähteä tutkimaan nimenomaan heidän, eli nuorten kantilta, eli kokemuksen pohjalta. Kuinka nuoret itse kokevat taitonsa ja millaisena minä ulkopuolisena näen heidän taitonsa. Tämän jälkeen voin luoda itse käsityksen heidän taidoistaan ja mahdollisesti nuoret itsekkin tiedostavat taitonsa tarkemmin.

Kirjassa ”Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2” kirjoitetaan sivulla 71 lähteeseen (Syrjälä & Numminen 1988 Tapaustutkimus kasvatustieteissä.) viitaten, että laadullista tutkimusta voidaan luonnehtia jatkuvaksi päätöksentekotilanteeksi tai

ongelmanratkaisusarjaksi, koska tutkimusongelma ei ole välttämättä aina täsmällisesti ilmaistavissa heti tutkimuksen alussa, vaan tutkimusongelma täsmenyy koko tutkimuksen teon ajan. Laadullisessa tutkimuksessa on tavanomaista, että aihetta tarkastellessaan voi näkemyksen kehittyessä kiinnittää huomiota uusiin mielenkiintoisilta vaikuttaviin kohteisiin. Kuitenkin, jos tutkimukseen sisällytetään sisällöllisesti hyvin runsaasti erityyppistä ainesta, voi työstä tulla hyvin hajanainen. Tästä syystä laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää ja tarkoituksenmukaista korostaa tutkimuksessa tehtyä rajausta. Rajaamisessa on kyse myös tulkinnallisesta rajauksesta, eli mitkä ovat tutkijan omat intressit ja tarkastelunäkökulmat aineiston keruuseen. Tutkimustehtävää rajatessaan tutkija pohtii myös sitä, mikä on se aineistosta esiin nouseva ydinsanoma, jonka tutkimuksen tekijä haluaa nostaa esille. (Aaltola & Valli 2007, 71–73.)

Itselläni tuossa rajauksen teossa meinasi jossakin välissä se punainen lanka karata, sillä ilmeni niin monta mielenkiintoiselta vaikuttavaa seikkaa, esim. nuorten mielenterveysongelmat ja kulttuuriseen nuorisotyöhön liittyvä työ. Tärkeitä asioita sinänsä, mutta pyrin olemaan tarkka ja pitämään työn rajauksen vuorovaikutukseen liittyvissä asioissa ja sivuta myös hieman pajatyötä sekä nuorisotyöttömyyttä ja syrjäytymistä.

Tutki ja kehitä kirjassa kirjoitetaan sivulla 119, että tutkijan merkitysmaailman muutos ja tulkintaongelmat edellyttävät tutkijalta herkkyyttä ja kykyä asettaa työlleen ”mitä” – kysymysten lisäksi myös yhden ”miksi” – kysymyksen. Kirjan mukaan ”miksi” – kysymyksen tavoitteena on mm. se, että tutkija ei tekisi tutkimuksessaan valintoja vain kahden seikan välillä, vaan tehdessään ratkaisuja ja päätöksiä tutkija miettii myös miksi näin on. (Vilkkä 2015, 119.)

Tästä syystä liitinkin tutkimuskysymykseksi myös kysymyksen, miksi vuorovaikutustaidot ylipäänsä ovat tärkeitä, vai ovatko. Tällä halusin syventää ajatusta siihen suuntaan, että ovatko vuorovaikutustaidot tarpeellisia elämässä ja arjenhallintataidoissa muutenkin, kuin vain pajatyöskentelyssä.

Laadullisen tutkimusmenetelmän yksi erityispiirre on, että tavoitteena ei ole toisuuden löytäminen tutkittavasta asiasta. Tutkimuksen tavoitteena on tutkimisen

aikana muodostuneiden tulkintojen avulla näyttää tutkittavasta ilmiöstä seikkoja, joita ei muuten välttämättä huomaisi. Laadullisessa tutkimuksessa korostuvat kolme näkökulmaa suhteessa tutkimuskohteeseen, konteksti, intentio sekä prosessi. Kontekstin, eli asiayhteyden ottaminen huomioon, tarkoittaa, että tutkija ottaa selvää ja kuvaa tutkimuksessaan, millaisiin esim. sosiaalisiin, kulttuurisiin, historiallisiin ja ammatillisiin yhteyksiin tutkittava asia liittyy. Yleisen asiayhteyden kuvaamisen jälkeen on hyvä kertoa, millainen oli tutkimustilanne, kun tutkimusaineistoa kerättiin. Intention, eli tarkoituksellisuuden huomioon ottaminen merkitsee sitä, että tutkija tarkkailee tutkimustilanteessa, millaisia motiiveja tai tarkoitusperiä tutkittavan ilmaisuun tai tekemiseen liittyy. Tutkimuksen kohde saattaa esim. peitellä, suojella, liioitella tai vähätellä, muunnella tai kaunistella taikka ylistää tosiasioita. Kaikki tämä tapahtuu jonkin motiivin vuoksi. Tutkimuksen kohteen intentiossa ei ole välttämättä kyse valehtelusta, vaan mahdollisella valehtelullakin on jokin motiivi. Eli on tärkeää pohtia tarkoin tilannetta, jossa tutkimusaineistoa kerää. (Vilkkä 2015, 120 – 122.)

Prosessilla, eli tapahtumasarjalla tarkoitetaan tässä tutkimusaikataulun ja tutkimusaineiston ymmärtämistä ja haltuunottoa. Tutkimusaikataululla on merkitystä sen suhteen, miten syvälle tutkittavassa asiassa tutkija menee. Tutkijan ymmärryksen kehittymistä ei voi noin vain nopeuttaa, eikä tutkittavana olevan kohteen antama tieto vielä merkitse automaattisesti tutkittavan asian täyttä ymmärtämistä. Pitkässä tutkimusaikataulussa tutkittavan asian ymmärtämiseen vaikuttavat myös kulttuurin ja tutkijan olosuhteiden, esim. sosiaalisen verkoston muutos. Myös tutkijan ymmärrys tutkittavasta asiasta saattaa muuttua pitkällä aikavälillä niin, että tutkimuksen alkuperäinen tarkoitus ei ole enää mielekäs tai tutkijan motiivit tutkimuksensa tekemiseen muuttuvat. Pitkän prosessin etuna toki on, että tutkija voi tarkastella jokaista keräämäänsä aineistoa rauhassa ja siten saada mahdollisesti tarkemman käsityksen aiheesta. Tutkimusprosessiin käytyllä ajalla ei kuitenkaan katsota olevan oleellista merkitystä tutkimuksen laadun kanssa, vaan tärkeintä ovat tutkijan taidot ja tutkimuksen yleinen laadukkuus. (Vilkkä 2015, 120 – 122.)

Olen tässä opinnäytetyön raportoinnissa pyrkinyt ottamaan huomioon myös kontekstin, intention ja prosessin ja kuvaamaan ne mahdollisimman tarkasti,

eettiset periaatteet huomioiden. Näitä seikkoja ilmenee tarkemmin ehkä toiminnallisista osuuksista kertoessani myöhemmissä kappaleissa sekä tuloksista ja johtopäätöksistä kertoessani ja myös loppupohdinnassa.

Laadulliselle tutkimukselle on ominaista myös se, että tutkija perehtyy hyvin intensiivisesti tutkimuskenttään mm. osallistuvan havainnoinnin avulla sekä kohderyhmälle ominaisen ajattelutavan sisäistämisen kautta. Tutkija pyrkii keskittymään tietyn sosiaalisen todellisuuden sisäisen näkemyksen esille tuomiseen, eli häntä kiinnostaa se yksilöllinen merkityksenanto, jonka tutkittavat henkilöt tutkijalle ilmaisevat. Laadullinen tutkimusprosessi voidaan ymmärtää myös eräänlaiseksi tutkijan oppimisprosessiksi, joka se on itsellenikin ollut. Laadullisessa tutkimusprosessissa koko tutkimuksen teon ajan tutkija kasvattaa omaa oppimistaan tutkijana. Tutkija itse on se pääasiallinen tutkimusväline, jonka avulla tietoa tutkimuskohteesta kertyy. Tutkimusprosessin ja tutkimustehtävien muuntuessa myös aineistonkeruun ja tutkimusmenetelmien tulee mukautua tutkimusprosessin aikana tapahtuviin muutoksiin. Aineiston keruuta koskevia ratkaisuja ei ole aina välttämättä määritelty kovin tarkasti etukäteen. Aineistonkeruu saattaa tapahtua hyvinkin pitkällä aikavälillä, josta oli jo aiemmin puhetta ja pitkänaikavälin aineistonkeruu mahdollistaa samalla myös tutkijan tietoisuuden kehittymisen. (Aaltola & Valli 2007, 76.)

#### 1.4 Toiminnallinen opinnäytetyö

Erkki Saari kirjoittaa Leena Viinamäen ja Erkki Saaren toimittamassa kirjassa ”Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen” omassa artikkelissaan toimintatutkimuksesta. Hän kirjoittaa, että toimintatutkimuksen voidaan katsoa olevan tutkimusote, jota soveltava tutkija pyrkii käyttämään uutta tietoa tuottavaan ja hyödyntävään tutkimuksen kohteena olevan käytännön kehittämiseen. Tutkimuksen voidaan sanoa olevan spiraalimaisesti etenevä kehittäminen, jossa suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi muodostavat kehittämistä eteenpäin vievät kehät. (Viinamäki 2007.)

Saari kirjoittaa, että yhteiskuntatieteellistä tutkimusta tekevän toimintatutkijan tutkima käytäntö on ihmisten sosiaalista toimintaa. Tutkimuksen yksi keskeinen



tavoite on, että ihmisen taipumus rutiineihin ja vakiintuneisiin toimintatapoihin saadaan tietoisien harkinnan ja tarkastelun kohteeksi ja pohdittavaksi mitä päämääriä niitä noudattava käytäntö palvelee. Kyse voi olla käytännön tarkastelemiseen soveltuvien uusien toimintatapojen kehittämistä tai uusien toimintatapojen kokeilemista käyttämällä niitä silmiä aukaisevina tai ajatuksia herättävinä kokemuksina, joiden pohjalta voidaan ymmärtää vanhojen rutiinien muuttamisen tarpeellisuus sekä voidaan näin kehittää uusia, mahdollisesti parempia toimintatapoja. (Viinamäki 2007.)

Tällaiset muutosyritykset voivat Saaren mukaan paljastaa monia aiemmin tiedostamattomaksi jääneitä käytäntöön liittyviä jäänteitä ajattelu- ja toimintatavoista. Saari kirjoittaakin artikkelissaan, että käytännön tutkiminen kohdistamalla siihen aktiivisia muutosyrityksiä, voi tuoda esiin runsaasti näkökulmia ja ideoita, kuinka käytäntöä pitää ja on mahdollista kehittää. (Viinamäki 2007.)

Artikkelin mukaan toimintatutkimus voidaan kuvata muodostuvan kahdesta loimittain toteutettavasta tutkimuksesta koostuvaksi kehittämishankkeeksi. Sen katsotaan sisältävän toistensa kanssa tehtävät käytäntöä ja sen kehittämismahdollisuuksia kartoittavan ja käytännön kehittämistä arvioivan tutkimuksen. Tällaisen kehittämis-hankkeen keskeisiksi vaiheiksi kuuluvat kehittämistarpeen kartoittaminen ja kehittämismahdollisuuksien selvittäminen, kehittämisen ideointi ja toteuttaminen, kehittämisen ja sen vaikutusten seuraaminen ja arvioiminen sekä uusien toimintatapojen juurruttaminen ja kehittämishankkeen toteutumisen arvioiminen. Toimintatutkimus on Saaren mukaan itsekriittistä käytännön toiminnan toteuttamiseen osallistuvien toteuttamaa tutkimusta, jonka avulla niin tutkija kuin tutkittavat pyrkivät parantamaan omia toimintatapojaan kehittämällä aiempaa järkevämpiä ja tehokkaampia menetelmiä välineitä toteuttaen, tutkia ja kehittää käytännön toimia. (Viinamäki 2007.)

Saari kirjoittaa artikkelissaan myös, että toimintatutkimusta tekevän tulisi pohtia, vastaako tutkimus seuraaviin vaatimuksiin; tutkimus pyrkii avoimesti tutkimukseen osallistuvien vuorovaikutuksen kehittämiseen, se huolehtii reflektiivisesti käytännön tuloksista ja niiden saavuttamisesta, tutkimus huomioi ja hyväksyy tiedon ja tietämisen moninaisuuden ja on samalla käsitteellis-teoreettisesti joh-

donmukainen, intellektuaalisen tiedon lisäksi muut tiedon muodot kattavaa ja tutkimusmenetelmät ovat tietoisesti tarkoitukseensa sopivat. Tutkimus on myös merkitykselliseksi/vaikuttavaksi kutsuttavissa oleva ja se kehittää toimintatapoja, jotka soveltuvat vakiinnutettaviksi käytännöiksi. Onnistuneen toimintatutkimuksen kriteeri on, että kaikkiin edellä mainittuihin vaatimuksiin voidaan vastata myöntävästi. (Viinamäki 2007.)

Tämä opinnäytetyö ei ole suoraan toimintatutkimus, mutta siinä on paljon viitteitä toimintatutkimuksen tyylistä. Työn tarkoituksenahan on tuottaa tietoa siitä, voidaanko pajatyössä mukana olevien nuorten vuorovaikutustaitoja kehittää toiminnallisin menetelmin mutta toimintatutkimukseen liittyen uuden toiminnan vakiinnuttaminen ei liity tähän työhön. Muuten tässä työssä esiintyvät toimintatutkimukseen liittyvät seikat, kuten uusien toimintatapojen kokeileminen mahdollisesti silmiä aukaisevina tai ajatuksia herättävinä kokemuksina, joiden pohjalta voidaan ymmärtää vanhojen rutiinien muuttamisen tarpeellisuus sekä voidaan näin kehittää uusia, mahdollisesti parempia toimintatapoja. Tutkimustyö on ollut myös spiraalimaisesti etenevää kehittämistä, jossa suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi ovat muodostaneet kehittämistä eteenpäin vieviä kehiä. Tämä perustuu siihen, että toimintojen aikana tekemieni havaintojen perusteella raportoin tekemistäni havainnoista eteenpäin ja ne aiottiin ottaa huomioon pajatoimintaa kehittäessä.

### 1.5 Tutkimusaineisto

Tutkimusaineistoa olen kerännyt tähän opinnäytetyöhön toimintatutkimuksen menetelmällä. Aineiston keruu lähti liikkeelle tietysti lähde kirjallisuuteen tutustumalla sekä laatimani alkukartoituskyselyn avulla. Sen pohjalta kartoitin, millainen pajalla olevien nuorten elämäntilanne on ja millaiseksi nuoret kokevat pajalla työskentelyn ja mitä he ovat sieltä saaneet sekä nuorten omia tuntemuksia liittyen heidän vuorovaikutustaitoihinsa. Kysely toteutettiin alkukesästä -15. Lisäksi aineistona on toiminnallisesta osuudesta tehty havainnointi sekä toimintaan osallistuneiden nuorten antamat palautteet toiminnasta ja jana-arviointina toteutettu arviointi nuorten oman kokemuksen mukaan heidän vuorovaikutustaitoihinsa liittyvistä taidoista. Aineistona on myös ohjaajilta ja toimintaan osallistu-

neilta nuorilta saadut vastaukset laatimiini kyselyihin, niin ennen toimintojen alkua sekä heti toimintojen jälkeen. Aineistona on myös sekä nuorilta että ohjaajilta lopuksi saatu palaute toiminnoista niin kirjallisesti kuin suullisestikin. Toimintoja suunnitellessa ja aineistoja analysoidessa olen luonnollisesti tutustunut erilaisiin aihetta koskeviin lähteisiin, jotka myös toimivat tutkimusaineistona.

## 1.6 Eettisyys ja eettiset valinnat

Leena Viinamäen ja Erkki Saaren toimittama kirja polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen alkaa Anneli Pohjolan kirjoittamalla artikkelilla eettisyyden haasteista tutkimuksessa. Tiivistän tähän Pohjolan kirjoittaman artikkelin eettisyyden haasteista ja kerron, kuinka olen itse huomionnut eettisyyden tässä opinnäytetyössäni.

Pohjola kirjoittaa artikkelissaan heti alussa kolmesta eettisesti tärkeästä asiasta. Ensimmäinen on se, että tutkimuksen teon eettisenä lähtökohtana on tiedon intressin etiikka, johon sisältyvät tutkimusaiheen valinta, sen teoreettinen ankkurointi, tutkimuksen rajaus ja tutkimuskysymysten asettaminen. Seuraava eettisesti tärkeä tutkimusprosessin vaihe on tiedonhankkimisen etiikka. Siihen kuuluu tutkijan suhde tutkimuskohteeseen, tutkimusjoukkoon sekä aineiston hankinnan toteuttamisen eri vaiheet. Kolmas tärkeä asia on tiedon tulkitsemisen etiikka. Siihen liittyvät aineiston analyysivalinnat sekä analyysin toteuttaminen ja tulosten tulkinat, käsitteellistäminen sekä niiden esittämisen muotoilut. (Viinamäki 2007.)

Eettisesti laadukkaassa tutkimuksessa on Pohjolan mukaan hyvä kiinnittää huomiota myös tiedon julkistamisen etiikkaan ja tuloksena saadun tiedon käyttämisen etiikkaan, sillä yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa korostuvat kysymykset, kenelle, mistä lähtökohdista, mitä varten ja kenen hyödyksi tietoa tuotetaan. Pohjolan mukaan eettisesti kestävä tutkimus on sellainen jossa tutkimuksen tekijä tietoisesti miettii tutkimusprosessinsa eri vaiheiden ratkaisuja eettisen kestävyyskannalta sekä pohtii laajasti niiden merkitystä tutkimalleen asialle. (Viinamäki 2007.)

Pohjola kirjoittaa myös tutkimuseettisen neuvottelukunnan roolista. Sen tehtävänä on edistää tutkimusetiikkaa koskevaa keskustelua ja tehdä aloitteita sen vahvistamiseksi. Tutkimuseettinen neuvottelukunta onkin laatinut yhteistyössä suomalaisen tiedeyhteisön eri toimijoiden kanssa tutkimuseettiset ohjeet. Eettiset ohjeet jakautuvat kolmeen näkökulmaan: Hyvän tieteellisen käytännön periaatteiden kuvaukseen, sitä koskeviin loukkauksiin sekä menettelyohjeisiin loukausepäilyjen käsittelemiseksi. (Viinamäki 2007.)

Hyvän tieteellisen käytännön loukkaukset on jaettu kahteen osa-alueeseen: piittaamattomuuteen hyvästä tieteellisestä käytännöstä sekä vilppiin tieteellisessä toiminnassa. Piittaamattomuudessa voi olla kyse tutkimuksen huolimattomasta toteuttamisesta tai tutkimuksen eri prosessien ja tulosten puutteellisesta raportoinnista. Se voi ilmetä myös toisten tutkijoiden vähättelynä, puutteellisina lähdemerkintöinä, keskeisten tutkijoiden nimen mainitsematta jättämisenä taikka toisten kanssa yhdessä tehdyn työn esittämisenä omissa nimissään. (Viinamäki 2007.)

Anneli Pohjola kirjoittaa artikkelissaan, että tutkimuksen jokaisen valinnan eettisyys on erityisen keskeinen asia sosiaalitieteiden tutkimuksessa, jossa tarkastelun kohteena on inhimillinen elämä sen eri muodoissaan. Usein erityisesti sosiaalitieteellisissä tutkimuksissa pohditaan sitä, mitä aiheita saa, voi tai pitää tutkia. Eettiset tekijät eivät kuitenkaan sinänsä kiellä tai estä tutkimasta mitään aihetta, olennaista kuitenkin on se, miten työssä otetaan huomioon eettisyyttä vaativat näkökulmat tutkimusprosessin eri vaiheissa ja millainen hyöty tutkimuksesta kuitenkin on yhteiskunnalle ja tutkimuskohteen kanssa vastaavassa elämäntilanteessa oleville tutkimustulosten jälkeen. (Viinamäki 2007.)

Pohjolan mukaan joka tapauksessa erityisen tärkeää on, että tutkimuksen kaikissa valinnoissa huomioidaan tutkimuksessa mukana olevien ihmisten oikeudet ja kunnioitus. Tähän liittyy myös oman tutkimuksen näkökulman määrittäminen. On hyvä pohtia mistä näkökulmasta tutkimusta lähtee tekemään. Jos työ nimetään ongelmälähtöiseksi, se leimaa helposti tutkimusjoukon, kun taas jos työlle annetaan avoimempi nimi, myös tutkimuksen voi tehdä avoimemmin, eikä

suoranaisesti etsitää mahdollisia pelkkiä ongelmia, eikä työn ensivaikutelma näin ollen ole leimaava. (Viinamäki 2007.)

Tutkimustyötä ja siihen liittyvää eettisyyttä mietittäessä on tärkeää pohtia myös sitä, mitä sitoutuminen johonkin tiettyyn tutkimukselliseen näkökohtaan tai suuntaukseen on ja mitä se tuo mahdollisesti mukanaan. Pohjola kirjoittaa artikkelissaan että on tärkeää pohtia näitäkin asioita heti tutkimusta suunnitelleessa. (Viinamäki 2007.)

Usein tutkijoille asetetaan myös voimakkaita odotuksia ja näin ollen hänen on kuitenkin kaikesta huolimatta erilaisten odotusten paineessakin kannettava vastuu tutkimuksestaan. Pohjola antaa artikkelissaan hyviä vinkkejä pohdittavaksi tällaisten tilanteiden varalle. Hän kirjoittaa mm. että olisi hyvä pohtia, mihin on valmis ja miten mahdolliset omat asenteet tai taustat vaikuttavat. Joskus kun tutkimuksessa käsiteltävät asiat saattavat olla myös tutkijalle itselleen psyykkisesti vaikeita ottaa vastaan ja käsitellä. Oma sietokyky on tärkeä pohtia jo aihetta ja aineistonkeruutapaa mietittäessä. (Viinamäki 2007.)

Omassa tutkimuksessani olen ottanut tutkimuseettiset toimintaperiaatteet huomioon siten, että en ole olettanut suoraan, että kaikilla tutkimukseeni osallistuvilla nuorilla on ongelmia vuorovaikutustaidoissa enkä näin ollen ns. leimaa heitä ennen tutkimusta, tutkimuksen aikana enkä tutkimuksen jälkeenkään. Vaikka-kin, niin kuin jo aiemmin kirjoitin, alku oletamus oli, että nuorten vuorovaikutustaidot ovat huonot, työtä ei kuitenkaan juuri eettisistä syistä lähdetty pohtimaan siltä kantilta. Olen huomionut tekstiä kirjoittaessani, että ketään tutkimukseen osallistunutta ei missään vaiheessa tutkimusta pystytty selkeästi tunnistamaan. Lisäksi olen pyrkinyt tekemään tutkimuksen siitä näkökulmasta, että kuinka mahdollisesti voisi kehittää nuorten toimintaa jotta he hyötyisivät siitä mahdollisimman paljon. Lähestyn työtä kehittämis-lähtöisesti, en ongelma-lähtöisesti. Tällä pyrin siihen, että nuoret kokisivat, että heitä todella pyritään auttamaan, eikä heitä nähdä vain ns. yhteiskunnan ongelmana.

Tietosuojalainsäädännön olen ottanut työssäni huomioon siten, että tutkimuksessani olen huolehtinut siitä, että noudatan ehdottoman tarkasti tietosuoja-

säännöksiä ja kerroin tämän myös tutkimukseen osallistuville, sekä sen, missä heillä on tutkimuksen valmistumisen jälkeen mahdollista tutustua valmiiseen työhön. Olen säilyttänyt tutkimusaineistona käytetyt kyselyt ja muun materiaalin asianmukaisesti, ja varmistanut, että ne eivät joudu kolmansille osapuolille. Kerroin tämän heti tutkimuksen alussa myös tutkimukseen osallistuneille nuorille ja kysyin heiltä, saanko ottaa kuvia. Kuvat olen ottanut siten, että niissä ei näy kasvoja.

Olen pyrkinyt tekemään tämän opinnäytetyön mahdollisimman luotettavasti ja eettisesti laadukkaasti. Olen pyrkinyt huomioimaan myös sen, että siitä olisi hyötyä itse tutkimukseen osallistuville ja heidän kanssaan työskenteleville sekä tietysti minulle itselleni ja muille asiasta kiinnostuneille.

## 2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

### 2.1 Vuorovaikutustaidot ja sosiaalipsykologinen näkökulma siihen

Kirjassa vuorovaikutuksen aarrearkku, sivulla 2, vuorovaikutus määritellään seuraavalla tavalla; sosiaalipsykologian näkökulmasta vuorovaikutus määritellään molemminpuoliseksi riippuvuudeksi vähintään kahden ihmisen välillä. Vuorovaikutus rakentuu tunteista, tahdosta, ajattelusta sekä toiminnasta, se on antamista ja saamista. (Kemppainen & Rouvinen-Kemppainen 1998, 2.)

Vuorovaikutustaitojen merkitystä voidaan pohtia myös sosiaalipsykologian kannalta. Sosiaalipsykologia tutkii sosiaalista vuorovaikutusta, ryhmiä sekä yksilön, yhteiskunnan ja kulttuurin välisiä suhteita. Ensimmäisenä merkittävänä sosiaalipsykologian klassikkona on pidetty Aristotelesta, joka on kirjoittanut mm. tunteista ja ystävyydestä. Hänet on mainittu tärkeäksi klassikoksi juuri siksi, että hän käsitteli tuotannossaan erityisesti puheella vaikuttamisesta. Aristoteles on kirjoittanut myös retoriikasta, eli puhetaidosta. Se käsittelee sitä, miten puhuja tekee vaikutuksen kuulijoihin ja millaisia asioita puhujan tulisi ottaa huomioon asiansa esittäessä. Yleisesti sosiaalipsykologiaa voidaan pitää tieteenalana, joka tarkastelee yksilöiden välisiä vuorovaikutustilanteita. Sosiaalipsykologisen tutkimuksen lähtökohta on siinä, että ihmistä pidetään sosiaalisena olentona, jonka elämään kuuluvat oleellisesti toiset ihmiset. He voivat olla työtoverit, puoliso, sukulaiset, ystävät tai muut tuttavat. (Kuusela 2007, 9 – 15.)

Viime vuosina on kuitenkin alettu puhua, että onko teknistyminen johtanut vuorovaikutuksen vähentymiseen. Seurustelevatko ihmiset mieluummin ja useimmin erilaisten koneiden kanssa niin työssä kuin vapaa-ajalla, kuin kasvatusten oikeitten, elävien ihmisten kanssa. Vuorovaikutuksen maailma on monipuolistunut ja voisiko sanoa monimutkaistunut tietoteknisten välineiden ja mahdollisuuksien lisääntyessä. En kuitenkaan syvenny tässä opinnäytetyössäni tähän teknistymiseen liittyvään seikkaan sen enempää, mutta jokainen voi itsenäisesti pohtia, mikä vaikutus tietotekniikan kehityksellä on ihmisten vuorovaikutustaitoihin. Tammikuussa 2016 julkaistussa nuorisobarometrissa oli tutkittu nuorten puhelimen ja nettiyhteyden käyttöä sekä kaverisuhteita ja yksinäisyyden koke-

mista, liittyen vuoden 2015 nuorisobarometrin teemaan ”nuorten arjen hallinta”. (Myllyniemi 2015). Itselläni tulikin heti mieleen, että arjen hallinnan jatkoksi voisi nuorisobarometriin jatkaa tätä opinnäytetyötä huomattavasti laajempaa selvitystä nuorten vuorovaikutustaidoista ja niiden merkityksestä arjen hallintaan.

Kirjassa vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot, kirjoitetaan sivulla 22, että vuorovaikutustaitoihin kuuluu laaja joukko erilaisia asioita ja että ihmiset voivat olla vuorovaikutustaidoiltaan hyvin erilaisia. Kirjan mukaan ensimmäinen tärkeä vuorovaikutustaitoihin liittyvä seikka on kommunikointi eli viestintä. Sen avulla ihmiset kykenevät ilmaisemaan omia tuntemuksiaan ja pyrkimyksiään. Toisena tärkeänä seikkana on mainittu sosiaalisen kyvykkyyden kehittäminen. Siihen kuuluu laaja joukko sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyviä seikkoja, jotka ilmentyvät kykyinä tulla toimeen ihmisten kanssa erilaisissa tilanteissa, kuten esim. kyetä toimimaan erilaisissa ryhmissä tai neuvottelu tilanteissa. Sosiaaliseen kyvykkyyteen kuuluu myös yhteistyökyky ja yhteistoimintakyky. Sosiaalista kyvykkyyttä voi tarvittaessa kehittää kokemuksen ja koulutuksen avulla. Kolmantena kirjassa mainitaan sosiaalisen havaitsemisen ja herkkyuden kehittäminen. Sosiaalista taitoa on havaita toisten tilanne tai asema sosiaalisessa tilanteessa. Sosiaalinen havaitseminen ja sanattoman viestinnän tulkitseminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa auttaa ymmärtämään toista. Neljäntenä tärkeänä mainintana vuorovaikutustaitoihin liittyen kirjassa mainitaan empatian kehittäminen. Empatia on toisen ymmärtämistä ja kykyä osallistua tunnetasolla toisen tilanteeseen. Tämä taito liittyy vahvasti myös sosiaaliseen havaitsemisen taitoon ja on tärkeä osa myös hyviä vuorovaikutustaitoja. (Kauppila 2005, 22 – 23.)

Nämä seikat vastaavat ainakin osaltaan siihen tutkimuskysymykseeni, miksi vuorovaikutustaidot ylipäänsä ovat tärkeitä. Niitä tarvitaan monessa arjen tilanteessa, niin työssä, kotona, koulussa kuin asioidessamme esim. virastoissa. Erityisesti viestintätaidot ovat tärkeitä, ja siksi mekin nuorten kanssa kävimme niitä läpi toiminnallisessa harjoitteessa.

Kirjassa vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot, avataan tarkemmin vielä sanallisen vuorovaikutuksen merkitystä sivulta 25 alkaen. Siinä kerrotaan, että hyvä taito viestittää, mahdollistaa onnistumisen vuorovaikutustilanteissa ja hyvä vuorovai-



kutustaito edellyttää hyvää viestintätaitoa. Viestintä on perusta ihmisen vuorovaikutukselle. Viestintäprosessiin kuuluu viestin lähettäjä, välittäjä ja vastaanottaja sekä tilanne, jossa kaikki tämä tapahtuu. (Kauppila 2005, 25 – 34.)

Sanallisessa viestinnässä voi joskus käydä niin, että puhuja puhuu siten, että asian sivumerkitykset korostuvat ja kuuliija saakin asiasta erilaisen kuvan kuin puhuja mahdollisesti haluaisi asian tarkoittaa. Tällöin on tärkeää tehdä tarkentavia kysymyksiä ja hyödyntää aiemmin puhuttua sosiaalista havaitsemista. (Kauppila 2005, 25 – 34.)

Viestintään liittyy myös erilaisia tasoja, sanallisen viestinnän taso ja tunteiden viestinnän taso sekä fyysisen viestinnän taso. Vuorovaikutus herättää aina erilaisia tunnetiloja ja tunnetilat voivat tarttua henkilöstä toiseen. Toiset voivat tarttua herkemmin tunteeseen kuin toiset. Vuorovaikutuksessa voidaan käyttää myös sanatonta viestintää, johon liittyvät mm. erilaiset eleet ja ilmeet. Kirjassa vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot, kerrotaan hyviä esimerkkejä sanattomaan vuorovaikutukseen liittyvistä asioista. Esimerkiksi pienelle lapselle eleet ja ilmeet ovat hyvin tärkeitä jo ihan pienenä, niin ilmaistessaan itseään kuin ymmärtääkseen toista. Sanattomaan viestintään kuuluu myös vaatetus, ajankäyttö sekä ympäristötekijät, kuten kalusteet ja tekstiilit. Ihminen viestii näillä tavoin toisille, hänelle merkityksellisiä asioita. Myös kehonkieli, esim. kävelytyyli voi kertoa toisille esim. ihmisen ilosta tai surusta. (Kauppila 2005, 25 – 34.)

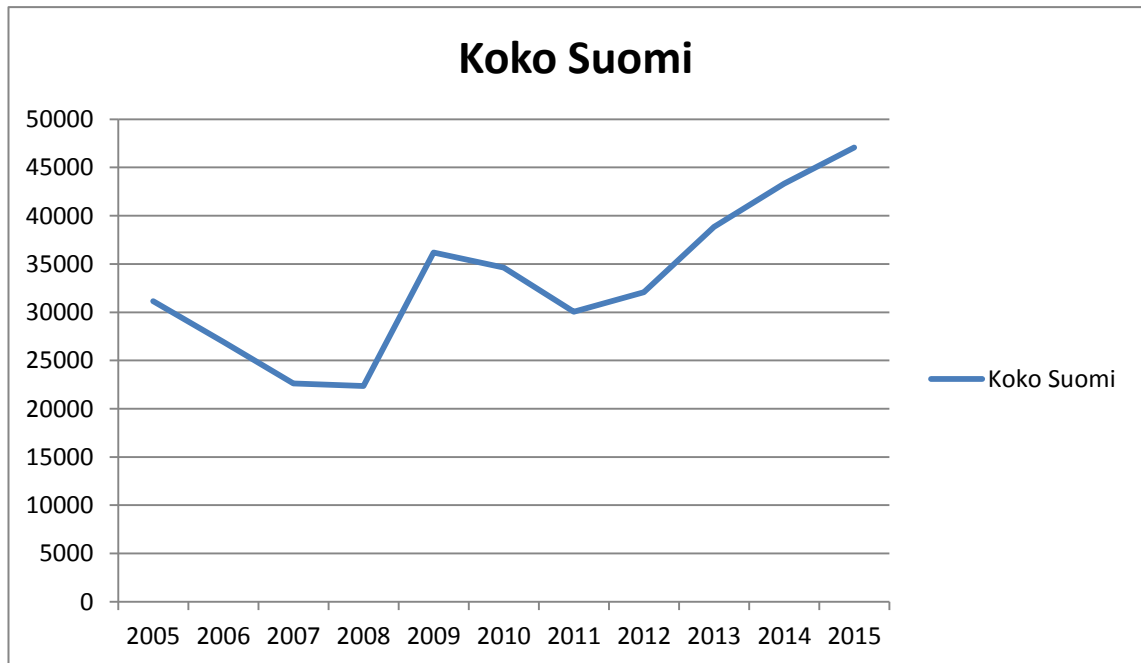
Mm. näitä asioita nousi esille myös nuorten kanssa keskustellessa viestintään liittyvistä asioista. Erityisesti juuri pukeutuminen ja kehonkieli, juuri kukaan ei ollut tullut ajatelleeksi, että niiden voidaan katsoa kuuluvan viestintään. Keskusteltuamme aiheesta, nuoret hoksasivat, että kyllähän sillä pukeutumisella juuri voi viestittää toiselle aika paljon, samoin kuin kehonkielellä, esimerkkinä pää painoksissa hitaasti kulkeminen tai pää pystyssä reippain askelin kulkeminen viestittävät toiselle ihmiselle ihan eri asioita.

## 2.2 Nuorisotyöttömyys

Mainitsen tässä opinnäytetyössä kontekstiin kuuluvana osana myös nuorisotyöttömyyden ja työttömyydestä yleensäkin. Tilastokeskuksen määritelmän mukaan työttömäksi katsotaan henkilö, joka on ollut vuoden aikana vähintään 6 kuukautta työttömänä. (Tilastokeskus 2016). Työttömyydelle löytyy muitakin määritelmiä, mutta katson, että tässä työssä riittää yhdenlaisen määritelmän avaaminen. Nuorisolaissa nuorella tarkoitetaan alle 29 -vuotiaita. (Finlex, 2006. Nuorisolaki, 2 §). Tilastokeskus tilastoi kuitenkin nuoriksi työttömiksi 15–24 -vuotiaat. Nuorisotyöttömyyden suuresta määrästä ollaan oltu huolissaan. Joulukuussa 2015 nuorten, 15–24-vuotiaiden työttömyysaste, eli työttömien osuus työvoimasta koko maassa, oli joulukuussa 19,2 prosenttia, mikä oli 0,5 prosenttiyksikköä vähemmän kuin vuotta aiemmin. Nuorten työttömyysasteen trendi oli 21,4 prosenttia. 15–24-vuotiaiden nuorten työttömien osuus samanikäisestä väestöstä oli 8,3 prosenttia. Koko maan työttömyysaste oli 9,2. (Tilastokeskus 2016.)

Tarkasteltaessa nuorisotyöttömyyslukuja viimeisen 10 vuoden ajalta huomaa, että erityisesti viime vuodet nuorisotyöttömyys on ollut kasvusuuntaista koko Suomessa. Seuraavat kaaviot kuvastavat nuorisotyöttömyyden kehitystä koko Suomen, Pohjois-pohjanmaan, Oulunkaaren, johon li kuuluu ja lin alueella. (Kaaviot 1 – 4.) Kaavioista huomaa, että jokaisessa on tapahtunut piikki nuorisotyöttömyyden kohdalla vuonna 2009, jonka jälkeen on tapahtunut pienoista laskua, mutta taas vuosien 2011 – 2012 paikkeilla nuorisotyöttömyys on lähtenyt kasvusuuntaan. En lähde tässä työssäni sen suuremmin analysoimaan, mistä luvut mahdollisesti johtuvat, mutta haluan tuoda esille työn kontekstiin kuuluvana osana myös tämän tiedon, sillä työttömyydellä on vaikutus nuorten vuorovaikutustaitoihin. Ja vuorovaikutustaidoilla on vaikutus työllistymiseen. Nuorille hyvät vuorovaikutustaidot voivat luoda varmemmin mahdollisuuden joko työllistyä tai saada opiskelupaikan, koska näin ollen he kykenevät tuomaan itsestään esille enemmän sellaisia seikkoja, joita esim. työnantaja tai koulutuksen tarjoaja arvostaa. Samalla työ myös vahvistaa nuorten vuorovaikutustaitoja ja jos nuorella ei ole työ tai koulutuspaikkaa, taitoja on tärkeää kehittää muussa

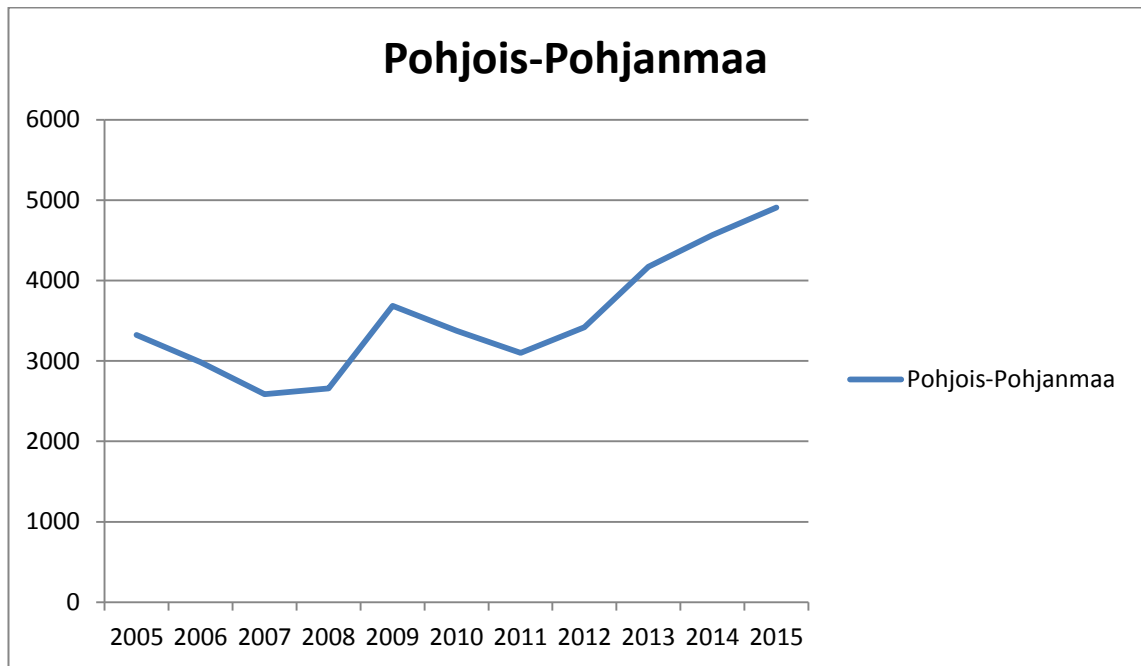
yhteisöllisessä toiminnassa normaalin arjen lisäksi, esim. pajatoiminnassa, kuten tässä opinnäytetyössä on ajatuksena.



Kuvio 1. Nuorisotyöttömyyden kuvaus koko Suomessa vuosina 2005 - 2015.

(Lähde: [http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia\\_vuosikeskiarvoja](http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia_vuosikeskiarvoja))

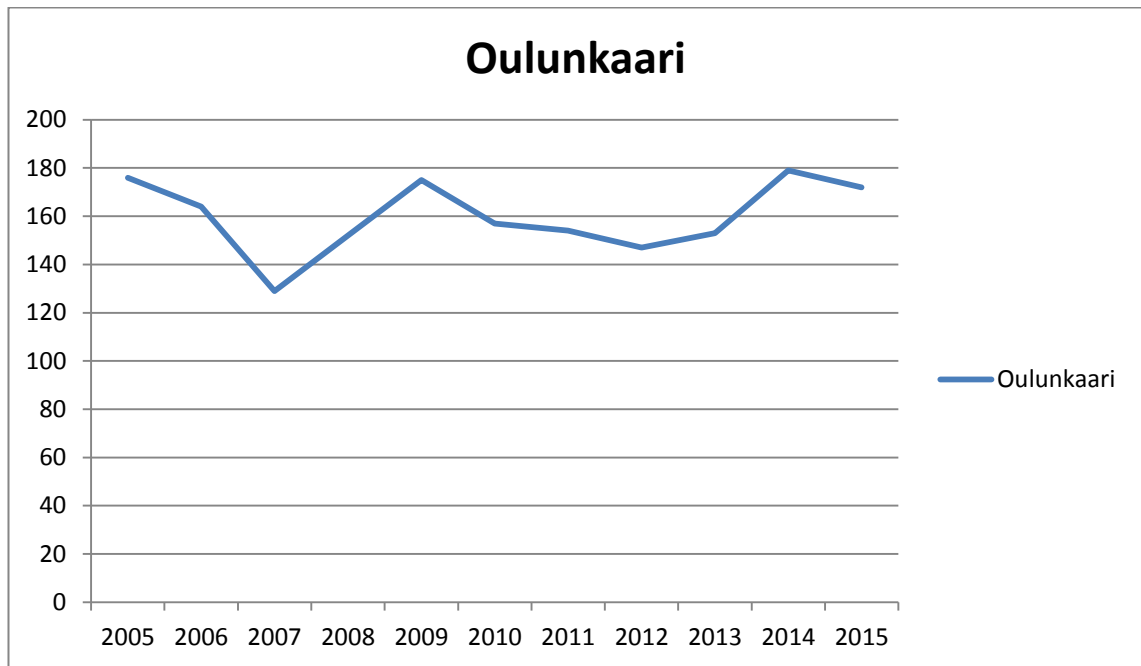
Kaaviosta ilmenee, että nuorisotyöttömyys on kasvanut huomasti vuodesta 2005. Vuosina 2007 ja 2008 nuorisotyöttömyys on ollut matalimmillaan mutta noussut taas vuonna 2009. Välillä tapahtui pientä laskua, mutta viime vuosina suunta on ollut kasvusuuntainen.



Kuvio 2. Nuorisotyöttömyyden kuvaus Pohjois-Pohjanmaan alueella vuosina 2005 – 2015.

(Lähde: [http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia\\_vuosikeskiarvoja](http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia_vuosikeskiarvoja))

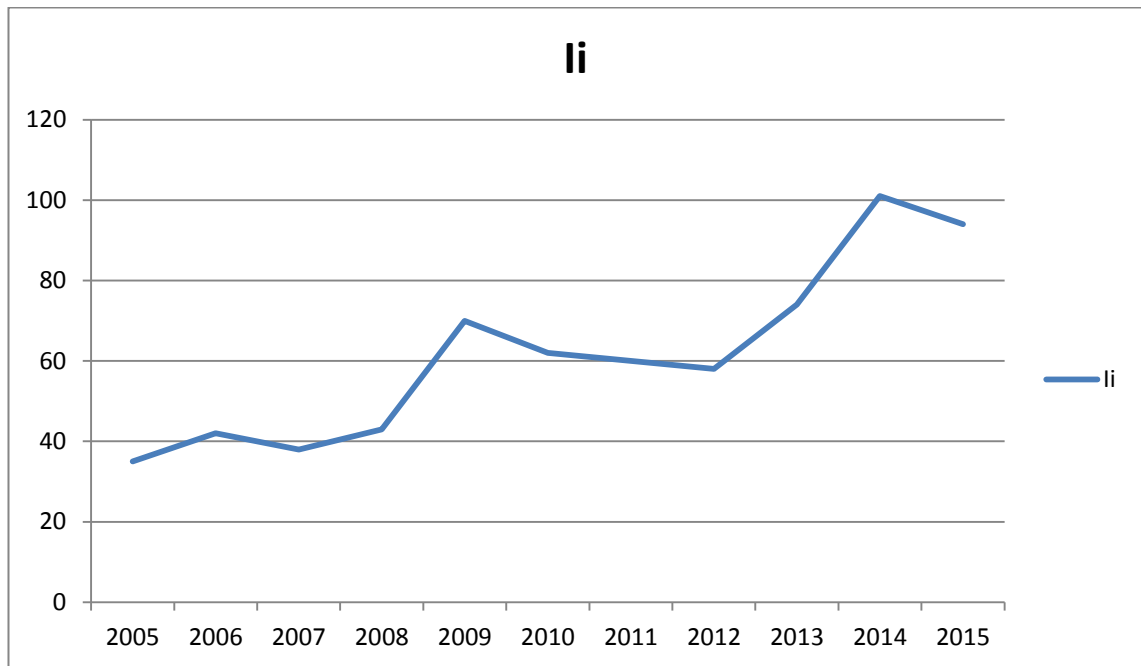
Pohjois-Pohjanmaalla kuvio on hyvin samantyyppinen kuin koko Suomen alueellakin. Nuorisotyöttömyyden käyrä on ollut viime vuosina kasvusuuntainen myös Pohjois-Pohjanmaan alueella.



Kuvio 3. Nuorisotyöttömyyden kuvaus Oulunkaaren alueella vuosilta 2005 – 2015.

(Lähde: [http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia\\_vuosikeskiarvoja](http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia_vuosikeskiarvoja))

Oulunkaaren alueella nuorisotyöttömyydessä ei ole tapahtunut niin suurta kasvua tai vaihtelua, kuin koko Suomen tai Pohjois-Pohjanmaan alueella yleensä. Laskeva piikki näkyy Oulunkaarella vuoden 2007 kohdalla ja siitä taas nousu, mutta sen jälkeen on tapahtunut laskua ja nuorisotyöttömyys on pysynyt suhteellisen tasaisena. Vuonna 2014 on tapahtunut nousua, mutta vuoteen 2015 taas pientä laskua.



Kuvio 4. Nuorisotyöttömyyden kuvaus lissä, vuosina 2005 – 2015.

(Lähde: [http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia\\_vuosikeskiarvoja](http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia_vuosikeskiarvoja))

lissä nuorisotyöttömyys on ollut kasvusuuntainen koko ajan vuodesta 2005 alkaen. Myös lissä näkyy kasvupiikki vuoden 2009 kohdalla ja sen jälkeen pientä laskua ja tasaantumista, mutta viime vuosina suunta on ollut kasvava. Pientä laskua on tapahtunut vuonna 2015.

Nuorisotyöttömyyden tilastointi ei ole yksiselitteistä. Nuori voidaan lukea työttömäksi, vaikka olisikin opiskelija. Jos tilastoinneista poistettaisiin kaikki opiskelijat, nuorisotyöttömyyden luvut eivät olisi niin suuria. Työttömyyttä kuitenkin on, ja oletuksen mukaan nuorten pitkäaikaisella työttömyydellä on kauaskantoisia seurauksia jatkossa työllistymiseen ja muuhun elämään. Siksi olisi äärimmäisen tärkeää, että nuoren työttömyyteen puututtaisiin mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja siksi on säädetty nuorisotakuu, josta mainitsin jo aiemmin. Myös nuorisolakia ollaan uudistamassa, jonka olisi uudistettuna tarkoitus astua voimaan 1.8.2016. Uudistetussa laissa olisi mm. kohta joka koskettaa myös työpajatoimintaa. (Opetus ja kulttuuriministeriö 2015.)

Sosiaalihuoltolaissa 2014/1301 pykälässä 17 mainitaan sosiaalisesta kuntoutuksesta. Suoraan laista kopioituna siinä kerrotaan näin: Nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja-

tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä. (Finlex 2014. Sosiaalihuoltolaki, 17 §).

Eli nuorten työttömyyden hoitoon pyritään vaikuttamaan jo erilaisten lakienkin myötä ja jo olemassa olevia toimia ja lakeja pyritään kehittämään ja myös uusia tapoja hillitä työttömyyttä mietitään. Seuraavassa kokoomataulukossa (Taulukko 1) on koottuna muutamia työttömyyteen liittyviä lakeja ja lyhyesti lain tarkoituksesta.

Taulukko 1. Nuorisotyöttömyyden hoitoon vaikuttavia lakeja, joiden pohjalta mm. kuntien on järjestettävä erilaisia palveluja nuorille työttömille.

(Lähde: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/>)

Laki	Lain tarkoitus
Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301	Lain tarkoituksena on: 1) edistää ja ylläpitää hyvinvointia sekä sosiaalista turvallisuutta; 2) vähentää eriarvoisuutta ja edistää osallisuutta; 3) turvata yhdenvertaisin perustein tarpeenmukaiset, riittävät ja laadukkaat sosiaalipalvelut sekä muut hyvinvointia edistävät toimenpiteet; 4) edistää asiakaskeskeisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalihuollossa; 5) parantaa yhteistyötä sosiaalihuollon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä 1–4 kohdassa tarkoitettujen tavoitteiden toteuttamiseksi.
Nuorisolaki 27.1.2006/72	Lain tarkoituksena on tukea nuorten kasvua ja itsenäistymistä, edistää nuorten aktiivista kansalaisuutta ja nuorten sosiaalista vahvistamista sekä parantaa nuorten kasvu- ja elinoloja. Tavoitteen toteuttamisessa lähtökohtina ovat yhteisöllisyys, yhteisvastuu, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, monikulttuurisuus ja kansainvälisyys, terveet elämäntavat sekä ympäristön ja elämän kunnioittaminen. Tässä laissa nuorilla tarkoitetaan alle 29-vuotiaita.
Laki julkisesta työvoima- ja yritys palvelusta 916/2012. Muutos lakiin 1366/2014, sovelletaan osin vasta tammi-kuussa 2017 ja osa laista	Lain tarkoituksena on työmarkkinoiden toimivuuden edistäminen. Talouden kasvun, korkean työllisyyden ja hyvinvoinnin turvaamiseksi valtio edistää työmarkkinoiden toimivuutta ja työvoiman tarjontaa yhdessä kuntien, työmarkkinajär-

voimassa vuoden 2016 loppuun.	jestöjen, yritysten ja muiden työnantajien sekä kansalaisten kanssa.
Työttömyysturvalaki 1290/2002	Työttömän työnhakijan taloudelliset mahdollisuudet hakea työtä ja parantaa edellytyksiään päästä tai palata työmarkkinoille turvataan korvaamalla työttömyydestä aiheutuvia taloudellisia menetyksiä tämän lain mukaisesti.
Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2.3.2001/189. Muutoksia viimeksi vuonna 2015.	Tässä laissa säädetään toimenpiteistä, joilla parannetaan pitkään jatkuneen työttömyyden perusteella työmarkkinatukea tai toimeentulotukea saavan henkilön edellytyksiä työllistyä avoimilla työmarkkinoilla sekä edistetään hänen mahdollisuuksiaan osallistua koulutukseen ja työ- ja elinkeinoviranomaisen tarjoamaan julkiseen työvoimapalveluun. Laissa säädetään myös toimenpiteisiin osallistuvan henkilön oikeuksista ja velvollisuuksista.
Terveysturvalaki 30.12.2010/1326	Lain tarkoituksena on: 1) edistää ja ylläpitää väestön terveyttä, hyvinvointia, työ- ja toimintakykyä sekä sosiaalista turvallisuutta; 2) kaventaa väestöryhmien välisiä terveyseroja; 3) toteuttaa väestön tarvitsemien palvelujen yhdenvertaista saatavuutta, laatua ja potilasturvallisuutta; 4) vahvistaa terveydenhuollon palvelujen asiakaskeskeisyyttä; sekä 5) vahvistaa perusterveydenhuollon toimintaedellytyksiä ja parantaa terveydenhuollon toimijoiden, kunnan eri toimialojen välistä sekä muiden toimijoiden kanssa tehtävää yhteistyötä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisessä.
Laki työllistymistä edistävää monialaisesta yhteispalvelusta 1369/2014	Työllistymistä edistävällä monialaisella yhteispalvelulla tarkoitetaan yhteistoimintamallia, jossa työ- ja elinkeinotoimisto, kunta ja Kansaneläkelaitos yhdessä arvioivat työttömien palvelutarpeet, suunnittelevat työttömien työllistymisen kannalta tarkoituksenmukaiset palvelukokonaisuudet sekä vastaavat työttömien työllistymisprosessin etenemisestä ja seurannasta siten kuin tässä laissa säädetään. Monialaisen yhteispalvelun tavoitteena on edistää työttömien työllistymistä tarjoamalla heille heidän palvelutarpeensa mukaisia julkisia työvoimapalveluja sekä sosiaali-, terveys- ja kuntoutuspalveluja. Palvelujen tarjoamisesta säädetään erikseen.



Työttömien turvaksi on monenlaisia lakeja, jotka turvaavat työttömän etuja. Mm. kuntien on otettava heitä koskevat lait lain vaatimalla tavalla huomioon laatiesaan palveluja asukkailleen.

### 2.3 Työpajatoiminta

Valtakunnallisen työpajayhdistyksen sivuilla työpajatoiminnasta Suomessa kerrotaan seuraavaa; Työpaja on yhteisö, jossa työnteon ja siihen liittyvän valmennuksen avulla pyritään parantamaan yksilön kykyä ja valmiuksia hakeutua koulutukseen tai työhön sekä parantamaan hänen arjenhallintataitojaan. Työn periaate on, että tekemällä oppii. Työpajojen menetelmiä ovat käytännön työn tekemisen lisäksi työvalmennus ja yksilövalmennus. Nuorten työpajatoiminta on osa nuorisolaissa säädettyä nuorten sosiaalista vahvistamista ja se toteuttaa osaltaan nuorisotakuuta. (Valtakunnallinen työpajayhdistys. 2016.)

Työpajojen valmentautujina ovat työttömät nuoret ja aikuiset, joilta puuttuu ammatillinen koulutus ja/tai työkokemus, he voivat olla ammatinvaihtajia, työ- ja toimintakyvyltään heikentyneitä työnhakijoita, päihde- ja mielenterveyskuntoutujia, pitkäaikaistyöttömiä, osatyökykyisiä tai työmarkkinoille integroitumisessa tukea tarvitsevia maahanmuuttajia. Valmentautijat voivat olla työpajalla esimerkiksi työkokeilussa, palkkatuetussa työssä, työvoimakoulutuksessa, Kelan kuntoutuksessa, kuntouttavassa työtoiminnassa, oppisopimuskoulutuksessa, ammatillisten oppilaitosten opiskelijoina tai peruskoulujen oppilaina. (Valtakunnallinen työpajayhdistys. 2016.)

lissä toimii oma työpaja, joka on tarkoitettu iiläisille työttömille työnhakijoille. Työpajat tarjoavat mahdollisuuden työkokeiluun tai kuntouttavaan työtoimintaan. Työpajan toimintaan lissä kuuluu Starttipaja, Seinätöntyöpaja sekä lipaja, joka tarjoaa ohjattua työpajatoimintaa eri-ikäisille iiläisille työttömille työnhakijoille. lipaja tarjoaa mahdollisuuden työnteokoon, uusien työtaitojen oppimiseen sekä apua koulutus- ja työelämäpolun suunnitteluun. Työpajajakson tavoitteena on työvalmiuksien ja elämänhallintataitojen edistäminen työ- ja yksilövalmennuksen avulla. Työ- ja yksilövalmennus ovat toisiaan täydentäviä menetelmiä ja

niiden suhde määritellään pajajaksolle laaditussa henkilökohtaisessa suunnitelmassa. (lin kunta 2016.)

lipajalla paja-jakson tavoitteista pyritään keskustelemaan säännöllisesti yhdessä asiakkaan sekä hänen tarpeellisen yhteistyöverkoston kanssa. Toimintaan sisältyy myös työ- ja toimintakykyä sekä hyvinvointia edistävää toimintaa, esim. kuntosali vierailu. Pajajakso kestää 1–24 kuukautta yksilöllisen suunnitelman ja tarpeen mukaan. lipaja tarjoaa työttömille mahdollisuuden työvalmennukseen sekä yksilövalmennukseen. Työvalmennuksen tavoitteena on oppia työelämän pelisääntöjä sekä vahvistaa työkykyä ja ammatillista osaamista. Työvalmennus perustuu tekemällä oppimiseen todellisessa työympäristössä. lipajalla on puu-työpuoli sekä tekstiilipuoli, joissa tehdään monenlaisia kädentaidon töitä. (lin kunta 2016.)

Valmennuksen tavoitteita ja sisältöä suunnitellessa huomioon otetaan asiakkaan omat kiinnostuksen kohteet, kyvyt ja valmiudet. Yksilövalmennuksen tavoitteena on vahvistaa toimintakykyä ja arjenhallintaa, tukea koulutus- ja työuran suunnittelua sekä motivoida yksilöä ottamaan vastuuta omasta elämästään. Yksilövalmennuksen tavoitteena on asiakkaan kokonaisvaltainen auttaminen yhteistyössä muiden alan asiantuntijoiden kanssa. (lin kunta 2016.)

## 2.4 Syrjäytyminen

Otan tässä työssä esille kontekstiin kuuluvana osana myös syrjäytymisen. Syrjäytynyt voidaan mm. määritellä henkilöksi, jolla ei ole peruskoulun jälkeistä koulutusta, joka ei käy töissä, ei ole suorittamassa varusmiespalvelusta tai hoida lapsia kotona. THL:n, eli terveyden ja hyvinvointilaitoksen nettisivuilla nuorten syrjäytymisen riskitekijöiksi nimetään mm. matala koulutus, pitkäaikainen työttömyys sekä toimeentulo-ongelmat. Nuorten syrjäytymiseen liittyvässä kontekstissa voidaan viitata mm. yhteiskunnallisiin koulutus- ja työmarkkinajärjestelmiin, ulkopuolelle jäämiseen sekä sen hyvinvointivaikutuksiin, myös elämänhallintaan liittyviin terveydellisiin ongelmiin, sosiaalisten suhteiden vähyyteen ja syrjäytymiseen yhteiskunnallisesta osallisuudesta. (Terveyden- ja hyvinvoinnintilasto 2015.)

Myös nuorten oma kokemus syrjäytymisestä ja siihen liittyvistä ilmiöistä on tärkeä. Kun nuorilta kysytään keskeisimpiä syrjäytymisen syitä, he mainitsevat tärkeimpänä ystävien puutteen, minkä voisi katsoa osaltaan johtuvan mahdollisesti vajaista vuorovaikutustaidoista. Syrjäytymisessä on usein kyse usean hyvinvoinnille merkityksellisen tekijän puutteesta. Vaikeudet jollakin hyvinvoinnin osa-alueella ei välttämättä vielä horjuta elämänhallintaa. Syrjäytyminen saa usein alkunsa silloin, kun huono-osaisuus kasautuu ja monimuotoistuu sekä alkaa heikentää ihmisen mahdollisuuksia hallita omaa elämäänsä. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos 2015.)

Nuorisotutkimusseuran julkaisemassa tutkimuksessa ” Nuoret luokalla Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä” tutkitaan mm. erilaisia syrjäytyneiden polkuja syrjäytymisen keston mukaan. Syrjässä olemisen kesto on tärkeä mittari myös työllistymisen todennäköisyydelle. Tutkimuksessa syrjäytyneet nuoret luokitellaan kolmeen ryhmään syrjäytymisen keston mukaan: ”kroonisesti syrjäytyneisiin”, ”syrjäytyneisiin” ja ”syrjäytymisvaarassa oleviin”. Nuoret luokitellaan sen mukaan, miten kauan he ovat näyttäneet syrjäytymisvaarassa olevina. Tutkimuksen tarkoituksena on ollut täydentää aiempia arvioita syrjäytymisen kustannuksista, mutta ei tuottaa kuitenkaan tarkkaa lukua, joka vastaisi kysymykseen siitä, paljonko syrjäytyminen maksaa yhteiskunnalle. Kustannusten arvioiminenhan on kuitenkin tärkeää siinä viitekehysessä, jossa on tärkeää korostaa syrjäytymistä ennaltaehkäisevän työn tärkeää roolia. Toisin sanoen, kuinka paljon voidaan mahdollisesti säästää panostamalla syrjäytymistä ehkäiseviin toimenpiteisiin. (Aaltonen, Berg & Ikäheimo 2015.)

Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisemassa raportissa, Nuorten yhteiskuntatakuu 2013, on tehty erilaisia laskelmia siitä, kuinka paljon syrjäytyminen maksaa yhteiskunnalle, jos oletetaan, että ihminen on työn ulkopuolella koko työikänsä, eli noin 40 vuotta ja saa mahdollisesti toimeentulotukea sekä eri Kelan tukia ja käyttää mahdollisesti myös terveydenhuollon palveluita. Laskelmat on tehty vuoden 2010 tiedoilla. Raportissa on esitetty mm. että yhdestä syrjäytyneestä aiheutuva kansantulon menetys on noin 700 000 euroa (vuoden 2007 rahassa),

jos syrjäytyminen kestää koko odotettavissa olevan työiän, noin neljäkymmentä vuotta. Julkisen talouden vastaava menetys on noin 430 000 euroa. Tämä on suuri ja huolestuttava summa. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012.)

Siitä ajatuksestahan tämän opinnäytetyön ajatuskin lähti, ennaltaehkäisevän työn tärkeydestä. Eli jos tiedostetaan, että nuorisotyöttömyys kasvaa, vuorovai-  
kutustaidoissa on mahdollisesti puutteita ja nuorilla ilmenee huolestuttavan pal-  
jon erilaisia mielenterveydellisiä ongelmia, olisi näihin hyvä puuttua ajoissa. Nuorilla on kuitenkin koko elämä edessä ja heidän tehtävänään olisi rakentaa suomea eteenpäin. Jos mahdollisiin ongelmiin puututtaisiin ajoissa, voitaisiin mahdollisesti estää ns. huono-osaisuuden ylisukupolvisuus.

Huono-osaisuuden ylisukupolvisuudella tarkoitetaan THL:n uutisoinnin mukaan vanhempien hyvinvoinnin ongelmien siirtymistä tai jatkumista heidän lapsilleen. Perheen vaikeus tietyllä elämänalueella heijastuu usein lasten hyvinvointiin laa-  
jasti useilla elämänalueilla. Tutkimuksissa onkin osoitettu, että perhetaustalla on vaikutus ihmisen myöhempään hyvinvointiin. Lapsuuden perheen elämää kuormittavilla tekijöillä voi pahimmillaan olla hyvin kauaskantoisia seurauksia, mutta on myös tunnistettu useita tekijöitä, jotka voivat suojata näiden ongelmien siirtymiseltä seuraaville sukupolville. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos 2014.)

Esimerkiksi lastenpsykiatri, dosentti, tutkimusprofessori Tytti Solantaus on tutki-  
nut ja kirjoittanut artikkeleita ja tutkimuksia lasten hyvinvoinnista kun perheessä on mielenterveysongelmainen. Hänen artikkelinsa ” Vanhempien mielenterve-  
yshäiriöt ja lasten psykiatriset ongelmat” on julkaistu Duodecim lääketieteelli-  
sessä aikakauskirjassa vuonna 2009. Hän kirjoittaa artikkelissaan mm. lapsen ja perheen tuentarpeesta mielenterveysongelmista kärsivässä perheessä sekä ennaltaehkäisyn merkityksestä. Erityisesti ennaltaehkäisevällä ja koko perhettä tukevalla palvelulla voidaan vaikuttaa ihmisen myöhempään hyvinvointiin. (So-  
lantaus & Paavonen 2009.)

THL:n uutisoinnissa kerrotaan myös, että perheet ja vanhemmat saattavat koh-  
data monenlaisia vaikeuksia, jotka vaikuttavat heidän lastensa myöhempään  
hyvinvointiin. Tällaisia voivat olla mm. työttömyys, siitä johtuvat toimeentulovai-

keudet, asumisen ongelmat, mielenterveys- ja päihdeongelmat sekä muut terveysongelmat taikka vanhempien väliset jatkuvat riidat, konfliktit ja avioero sekä väkivalta ja laiminlyönti. Yksittäisten vaikeuksien hetkellinen kokeminen perheissä on kuitenkin aika yleistä, eikä se välttämättä johda laajempiin hyvinvoinnin ongelmiin tai syrjäytymiseen. Perheiden tai vanhempien ongelmat voivat kuitenkin kasautua ja kietoutua toisiinsa, esimerkiksi mielenterveysongelmiin liittyy usein myös toimeentulovaikeuksia, josta voi seurata asumiseen liittyviä ongelmia. Perheiden vaikeudet vaikuttavat monin tavoin perheen elämään, ihmissuhteisiin, vanhemmuuteen ja sosiaalisiin verkostoihin. Vanhempien ongelmat ja perheen vaikeudet heikentävät vanhempien sosiaalisia ja taloudellisia voimavaroja, mikä heijastuu myös perheen lasten ja nuorten elinoloihin. (Terveys- ja hyvinvoinninlaitos 2014.)

Myös köyhyys ja sen seuraukset siirtyvät usein sukupolvelta toiselle. Perheen taloudelliset vaikeudet ovat usein yhteydessä lasten myöhempään taloudellisiin vaikeuksiin. Toimeentulotukea saaneiden vanhempien lapset saattavat joutua turvautumaan toimeentulotukeen useammin kuin muut lapset. Toimeentulovaikeudet ja epävarmuus aiheuttavat usein vanhemmille ahdistusta ja masennusta, joka heijastuu lasten elämään myös muilla elämän alueilla. Erityisesti toimeentulotuen saannin pitkittyessä lasten riski kokea myöhempiä hyvinvoinnin ongelmia kasvaa. (Terveys- ja hyvinvoinninlaitos 2014.)

Mielenterveysongelmien ylisukupolvisella periytymisellä on osittain geneettinen ja biologinen perusta, mutta mielenterveysongelmat vaikuttavat myös voimakkaasti perheen ihmissuhteisiin ja vuorovaikutukseen heijastuen lasten mielenterveyteen. Vanhempien mielenterveysongelmat lisäävät lasten riskiä sairastua mielenterveysongelmiin mutta ongelmat eivät kuitenkaan automaattisesti määrää lasten myöhempää hyvinvointia. Vaikka lapsuuden elinolot ovat voimakkaasti yhteydessä myöhempien elämänvaiheiden hyvinvointiin, tutkimustulokset eivät tue käsitystä siitä, että ihmisen hyvinvointi määräytyisi suoraan lapsuuden olosuhteiden perusteella. (Terveys- ja hyvinvoinninlaitos 2014.)

### 3 TOIMINNAN TOTEUTUS

#### 3.1 Suunnittelu

Toiminnan suunnittelu lähti liikkeelle alkukartoituskyselyn laatimisella, jonka toteutin alkukesästä 2015 lissä pajatoiminnoissa mukana oleville nuorille. Kyselyn tarkoituksena oli saada vähän kuvaa millaisessa elämäntilanteessa nuoret, jotka pajalla käyvät, ovat. Millaista tukea he saavat pajalta ja mitä he mahdollisesti toivoisivat saavansa. Alkukartoituksen ja työntekijöiden kanssa käydyn vapaan keskustelun perusteella aloin tutkia vuorovaikutukseen liittyviä materiaaleja ja niiden pohjalta suunnittelin erilaisia toimintoja. Tämän opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen osallistui li pajalta 5, alle 29 – vuotiasta nuorta. Minulla oli aluksi useampi idea, mitä kautta lähteä tukemaan nuorten vuorovaikutuksellisia taitoja ja esittelin ideat lipajan yksilövalmentajalle sekä työllistämispalveluiden päällikölle toukokuussa 2015. Heiltä saatujen palautteiden ja vinkkien perusteella päädyin siihen tulokseen, että suunnittelen muutaman kerran tuokiot, joissa teemme erilaisia vuorovaikutukseen liittyviä harjoitteita. lipajan yksilövalmentajan kanssa sovimme aikatauluista ja kysyin vielä hänen mielipidettä suunnittelemini aiheisiin. Sitten aloin suunnitella lähdekirjallisuutta apuna käyttäen tarkempaa sisältöä jokaiselle toimintakerralle. Ensimmäiselle toimintakerralle suunnittelemaani tuokiota testasin aikuisten kuntouttavan työtoiminnan ryhmässä. Olin positiivisesti yllättynyt, kuinka toiminta sai siellä ihmiset avautumaan ja kertomaan tuntemuksistaan. Muutin kuitenkin ensimmäisen kerran toimintaa hiukan siitä, mitä olin ensin suunnitellut, lopullinen suunnitelma toimi paremmin nuorten kanssa. Oikeastaan jokaisella kerralla toimintaa joutui hiukan soveltamaan suunnitelmasta mutta sehän kuuluu ammattitaitoonkin, soveltaminen tarpeen vaatiessa.

Toiminta jakaantui seitsemälle eri kerralle, joissa jokaisessa oli jokin teema. Nämä 7 teemaa oli liitetty kolmeen laajempaan kokonaisuuteen. Oma ihmiskäsitys/identiteetti, tunteet ja kommunikointi. Kahdella ensimmäisellä kokoontumiskerralla harjoittelimme omaan minäkuvaan ja arvoihin liittyviä asioita. Kolmannella ja neljännellä kerralla keskityimme tunteisiin; niiden nimeämiseen sekä näyttämiseen. Viides ja kuudes kerta harjoittelimme kommunikointia; kuunte-

lua ja viestimistä sekä palautteen antoa ja vastaanottoa. Viimeisellä kerralla kävimme läpi jakson aikana käymiämme harjoitteita ja onko niillä ollut vaikutusta nuoren elämään ja jos on, niin millaisia. Käytin arvioinnissa kyselylomaketta sekä ”tällänen mä oon”-janaa.

### 3.2 Aloitus

Ensimmäisellä tapaamiskerralla esittelin itseni ja kerroin miksi olen paikalla ja laadimme yhdessä koko ryhmän yhteiset tavoitteet jaksolle. Nuoret ja työntekijät vastasivat myös ensimmäiseen kyselyyn, jossa nuoret arvioivat itse omia vuorovaikutustaitoihin liittyviä asioita ja työntekijät heidän näkökulmastaan nuorten vuorovaikutustaitoja. Ensimmäisellä kerralla tehtiin myös ”fiilis jana”-tyyppinen arviointi, jota tässä tilanteessa voitaisiin kutsua ”tällänen mä oon -jana”. Jokainen arvioi omaa itseään sen hetkisen tilanteen mukaan ja mitä haluaisi olla. Viimeisellä kerralla tehtiin sama arviointi ja verrattiin, onko nuori päässyt siihen kohtaan tavoitetta ”tällänen mä oon -janalla” johon merkitsi itsensä ensimmäisellä kerralla. Tehtävä muodostui viidestä eri janasta, joiden päät olivat: avoin – vetäytyvä, positiivinen – negatiivinen, rohkea – ujo/arka, rempseä – hillitty, päätöksen tekokykyinen – päätöksenteko kyvytön. Janalle itsensä merkitseminen tapahtui kahden erivärisen nimilapun avulla, toinen väri kuvaa nykyhetkeä ja toinen sitä jollainen haluaisi olla.

### 3.3 Minäkuva

Esittelyn ja ”tällänen mä oon -janan” teon sekä kyselyn ja tavoitteiden laatimisen jälkeen keskustelimme nuorten kanssa minäkäsityksestä, mitä se on ja miten se liittyy vuorovaikutustaitoihin. Virittäydyimme päivän teemaan ja jakson aiheeseen yleisesti. Keskustelun jälkeen jaoin jokaiselle kynän ja paperin. Nuori sai piirtää paperille oman kuvansa, hyödyntäen koko paperin koon ja kirjoittaa paperin yläreunaan kysymyksen, kuka minä olen. Seuraavaksi nuoret saivat miettiä 5 asiaa, kuka, mikä tai millainen hän on ja kirjoittaa ne pöydällä oleviin sydämiin. Jokaisella oli 5 valmiiksi leikattua sydäntä. Kun kaikki 5 asiaa oli kirjattu, nuori liimasi sydämet paperille. Seuraavaksi nuori pohti 5 asiaa, jossa on mielestään hyvä. Hän kirjoitti paperiin haluamaansa kohtaan ”olen hyvä:” ja sen alle

ranskalaisilla viivoilla missä on mielestään hyvä. Lopuksi jokainen sai vielä joko kirjoittaa tai piirtää itselleen tärkeän asian paperiin. Tämän jälkeen juttelimme taas tarkemmin, mitä merkitystä minäkuvan ja oman identiteetin ymmärtämisellä on vuorovaikutustaitoihin ja miten nuori ymmärtää itsensä. Jokainen esitteli oman kehonkuvansa toisille ja työt laitettiin näkyvälle paikalle esille, jossa ne saivat olla koko jakson ajan. Lopuksi annoin tehtävän seuraavaa kertaa varten ja kiitin osallistumisesta. Tehtävänä oli, että jokainen miettii omat henkilökohtaiset tavoitteensa jaksolle.

### 3.4 Arvot

Toisella kerralla palautimme mieliin mitä teimme edelliskerralla ja jokainen sai kirjoittaa omat henkilökohtaiset tavoitteensa jaksolle. Jokainen laittoi omat tavoitteensa suljettuun kirjekuoreen ja kirjeet laitettiin talteen, josta ne otettiin esille viimeisellä kerralla. Kukaan muu ei tiennyt nuoren omia tavoitteita, kuin vain nuori itse. Näin siksi, että ajattelin tämän luovan nuorelle rohkeutta luoda juuri omannäköisensä tavoite.

Virittäydyimme päivän aiheeseen keskustelemalla. Keskityimme edelleen minäkuvaan ja itsetuntoon, nyt omiin arvoihin ja päätöksentekoon liittyen. Juttelimme arvoista, mitä ne ovat ja kuinka ne vaikuttavat päätöksentekoon. Varsinainen toiminta aloitettiin siten, että aloin lukemaan heille tarinaa, jossa oli hyvin erilaisia arvoihin liittyviä ristiriitoja. Pysäytin tarinan välillä ja keskustelimme, huomasivatko nuoret siellä jotain heidän arvomaailmaan sopimatonta. Tarinan lukemisen ja siitä nousseiden seikkojen purkamisen jälkeen jokainen sai valita valmiiksi kirjoitetuista arvoista 10 itselleen tärkeintä ja juttelimme, miksi nuori valitsi juuri ne arvot. Sitten nuoret poistivat itseltään 3 arvoa ja perustelivat miksi poistivat juuri ne. Tämän jälkeen nuoret saivat vuorollaan poistaa vierustoverilta 3 arvoa ja kaverin tuli perustella miksi niitä ei saanut poistaa. Jos poistaja katsoi perustelujen olevan riittävän hyvät, arvot palautuivat takaisin. Juttelimme vielä arvoista ja jokainen lajitteli arvonsa tärkeysjärjestykseen edelliskerralla tehtyyn omakuva piirustukseen. Toisen kerran lopuksi annoin nuorille jälleen ”kotiläksyn”. Jokaisen tehtävänä oli hemmotella itseään yhtenä päivänä ennen seura-



vaa tapaamista sekä kehua itseä joka päivä jostakin seuraavaan tapaamiseen saakka.

### 3.5 Tunteet

Kolmannella kerralla perehdyimme tunteisiin ja niiden nimeämiseen. Juttelimme aluksi tunteista, mikä merkitys niillä on vuorovaikutustilanteissa ja miltä erilaiset tunteet tuntuvat ja näyttävät. Keskustelun jälkeen nuoret saivat luettavakseen tarinan jossa oli erilaisia tunteisiin vaikuttavia tilanteita. Nuoret saivat keskustella ja nimetä millaisia tunteita kenelläkin henkilöllä tarinassa mahdollisesti oli missäkin vaiheessa ollut ja mitä tunteita tarina herätti nuorissa itsessään. Tarinan tekstin alle nuoret saivat kirjoittaa tunteet joita tunnistivat tarinasta. Seuraavaksi näytin nuorille erilaisia kuvia ja nuoret saivat nimetä mitä tunteita niissä ilmeni. He saivat valita jokaiselle kuudelle eri tunteelle, joita kuvissa ilmeni, värin, joka heidän mielestä sopi tunteen kuvaukseen. Työtä tehtiin ryhmässä. Tuotokset laitettiin esille ja juttelimme miltä tuntui tunnistaa tunteita kuvista.

Neljännellä kerralla harjoittelimme tunteiden näyttämistä. Muistelimme mitä edelliskerralla oli tehty ja juteltu ja millaisia tunteita voi ollakaan ja miltä mikäkin tunne voi tuntua. Kävimme tunnetaulut läpi ja oitimme itsellemme jokaisesta tunnetaulusta vuorollamme tunteen, miltä se näyttää, tuntuu ja missä tilanteessa sellaista tunnetta voi mahdollisesti tuntea. Tunteet olivat; ilo, onni, suru, häpeä, viha ja pelko. Tämän jälkeen levitin pöydälle ison nipun lappuja, jossa oli nimettynä erilaisia tunteita. Jokainen sai valita toisesta nipusta itselleen muuttaman lapun, jossa oli nimettynä näitä samoja tunteita. Lapuissa olevat tunteet tuli esittää toisille pantomiimi esityksenä ja toisten tuli arvata tunne. Pöydällä olevat tunne sannat olivat samoja, kuin mitä osallistujien nipussa ja ne toimivat tunteiden tunnistamisen tukena. Jokaisesta oikein arvatusta tunteesta ja hyvin näytetystä tunteesta arvaaja ja esittäjä saivat itselleen helmen. Lopuksi helmet putoettiin helminauhaan ja huomattiin, kuinka hyvin itse kukin osasi näyttää ja tunnistaa eri tunteita. Kotitehtäväksi annoin nuorille merkitä joka päivä seuraavaan tapaamiseen saakka oman fiiliksensä kolme kertaa päivässä hymynaama taulukkoon, aamu fiilis, päivä fiilis ja ilta fiilis.

### 3.6 Kommunikointi

Viidennellä kerralla perehdyimme kommunikointiin/viestimiseen, ja siihen, kuinka kuuntelemme toista ja viestimme itse. Aluksi juttelimme jälleen siitä, mikä merkitys kommunikoinnilla on ja erityisesti toisen kuuntelemisella ja kuinka itse viestimme asiamme siten, että tulemme ymmärretyksi.

Teimme kommunikointi harjoituksena puhe- ja kuuntelu harjoituksen. Alkulämmittelynä pelasimme sovellettua sanaselityspeliä. Jokainen sai ottaa parin. Jokaisella oli kortteja, joissa oli sanoja, joita selittää tietyssä ajassa toiselle. Ensimmäisellä kierroksella sanat selitettiin ilman eleitä, toisella ilman ilmetä ja kolmannella kierroksella ilman eleitä ja ilmeitä ja viimeisellä kierroksella käytössä sai olla kaikki sanattoman ja sanallisen viestinnän tukikeinot. Tämän jälkeen jatkettiin toisenlaisella harjoituksella. Parit istuivat edelleen vastakkain ja toinen alkoi kertoa hänelle siitä, mitä oli kesä aikana tehnyt. Toinen kuunteli, vain kuunteli, ei puhunut mitään. Sitten kuuntelija kertoi sen, mitä toinen oli juuriertonut, sillä tavalla kuin muistaa ja ymmärsi kertomuksen, sama toisinpäin. Toisena aiheena oli omasta kodista kertominen, millainen se on ja mitä siellä on, mitä haluaisi sinne yms. Samalla tavalla, toinen kertoi ja toinen kuunteli mutta nyt kuuliija sai tehdä tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä. Tämän jälkeen kuuliijana ollut kertoi muille osallistujille toisen kodista, sillä tavalla kuin oli ymmärtänyt, apuna sai käyttää fläppitaulua ja tusseja. Kannustin nuoria pitämään katsekontaktin koko harjoituksen ajan omaan pariinsa. Kun kaikki parit olivat puhuneet ja kuunnelleet, juttelimme miltä harjoitus nuorista tuntui.

### 3.7 Palautteen antaminen ja vastaanottaminen

Kuudennella kerralla kertasimme jälleen edelliskerran aihetta ja syvensimme viestimisen palautteen antamiseen ja vastaanottamiseen. Juttelimme mikä merkitys palautteen annolla ja vastaanottamisella on palautteen saajalle ja palautteen antajalle, kuinka antaa rakentavaa palautetta ja kuinka ottaa se rakentavasti vastaan.

Toiminnallisena harjoitteena palautteen annosta ja vastaanotosta teimme harjoituksen, jossa jokainen sai askarrella haluamansa näköisen pahvin jossa lukee oma nimi. Nuoret saivat askarrella myös jokainen oman näköisensä vihkon kannet, jonne he saivat taitella tyhjiä sivuja väliin, kanteen nuoret kirjoittivat oman nimensä. Myös kaksi ohjaajaa osallistui tähän tuokioon. Kun askartelut oli tehty, laitettiin laput, joissa oli vain oma nimi, kiertämään ringissä ja jokainen sai kirjoittaa lappuun lapun omistajasta jotakin hyvää. Kun kaikki olivat kirjoittaneet kaikkien lappuun, laput kerättiin pois, sekoitettiin ja jaettiin yksi lappu jokaiselle, jos sattui oma, vaihdettiin. Sitten jokainen kävi vuorollaan antamassa lapun omistajalleen takaisin ja luki hänelle kaikki lapussa olevat asiat aloittamalla: ”Nimi, sinä olet...”, jälleen muistuttelin katsekontaktin pitämisestä kuulijaan. Tämän jälkeen juttelimme miltä harjoitus tuntui. Sitten kerroin nuorille mikä ajatus vihkojen tekemisellä oli. Ne olivat nuorten palautevihkoja, jotka he antoivat ohjaajille seuraavaan tapaamiseen saakka ja ohjaajien tehtävänä oli kirjoittaa nuorille joka päivä jotain palautetta nuoresta nuoren omaan vihkoon. Myös ohjaajat saivat omat palautelappuset, joihin nuorten tehtävänä oli kirjoittaa palautetta ohjaajasta päivittäin seuraavaan tapaamiseen saakka. Myös minä pyysin nuorilta palautetta koko jakson toteuttamisesta ja annoin heille kotiläksyksi lapun, johon pyysin heiltä palautetta. Lapussa oli muistin virkistykseksi tiivistettynä, mitä kaikkea olimme jakson aikana tehneet. Laput oli määrä palauttaa seuraavalla tapaamiskerralla.

### 3.8 Lopetus

Viimeisellä kerralla palauttelimme muistiin mitä olimme koko jakson aikana tehneet ja näytin heille elokuvatyökaluohjelman avulla tekemäni ”elokuvan” jaksosta. Olin ottanut valokuvia toimintojen aikana ja kokosin ne ”elokuvaksi musiikilla ja teksteillä höystettynä. Teimme ”tällänen mä oon -janan” uudestaan ja vertasimme tuloksia ensimmäiseen kertaan nähden. Katsoimme tavoitteet läpi jotka laadimme alussa ja vertasimme, olivatko nuoret päässeet niihin. Katoimme yhdessä kahvipöydän hienoksi ja ohjaajat antoivat edelliskerralla tehdyt palautteviHKoset takaisin nuorille luettavaksi. Jokainen sai lukea oman vihkonsa ensin rauhassa yksin läpi ja halutessaan kertoa toisille, millaista palautetta oli saanut. Juttelimme palautteista ja miltä saatu palaute tuntui. Myös ohjaajat lukivat omat

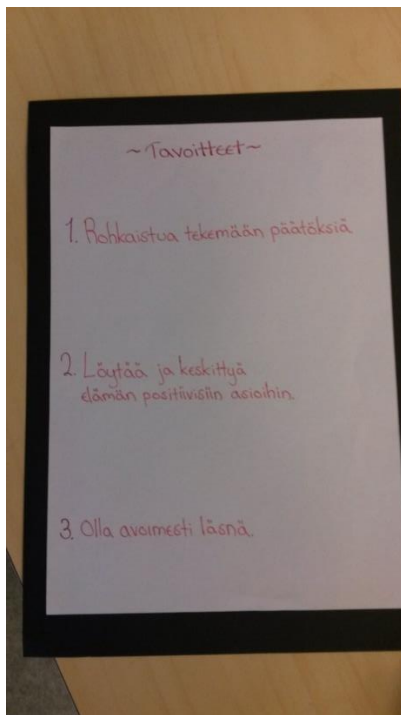
palautteensa ja nuoret kertoivat miltä tuntui antaa ja saada palautetta tällä tavalla. Lisäksi nuoret palauttivat kotiläksyksi saamansa palautelaput minulle ja antoivat myös suullista palautetta. Päivä ja jakso lopetettiin mukavaan yhdessäoloon ja avoimeen keskusteluun ja kiitin nuoria osallistumisesta.

### 3.9 Kuvia toiminnoista

Otin toimintojen aikana kuvia nuorten tekemistä töistä ja harjoitteiden tekemisestä. Seuraavissa kuvissa on (Kuvat 1 – 10) muutamia otoksia. Kuvissa on lyhyet analyysit kuvasta. Osa analyysista on suora lainaus jonkun nuoren sanomisesta kyseisen toiminnan aikana.

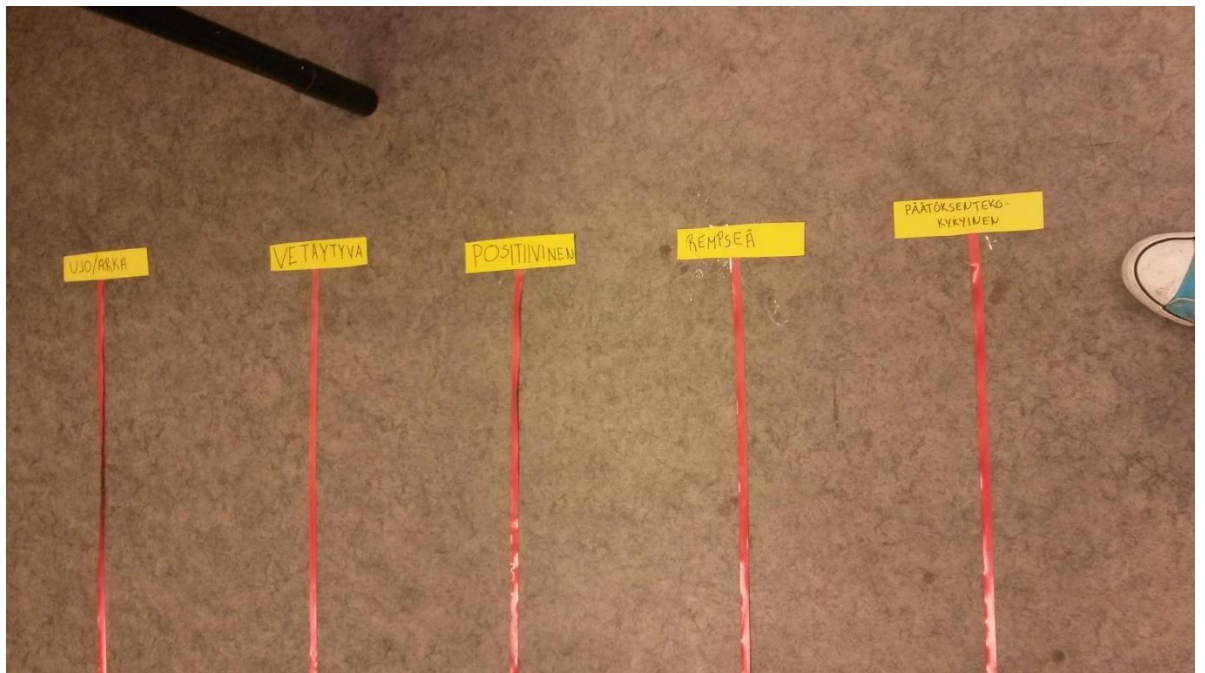
#### **AloitUS ja minäkuva 16.9.2015**

Kuva 1.



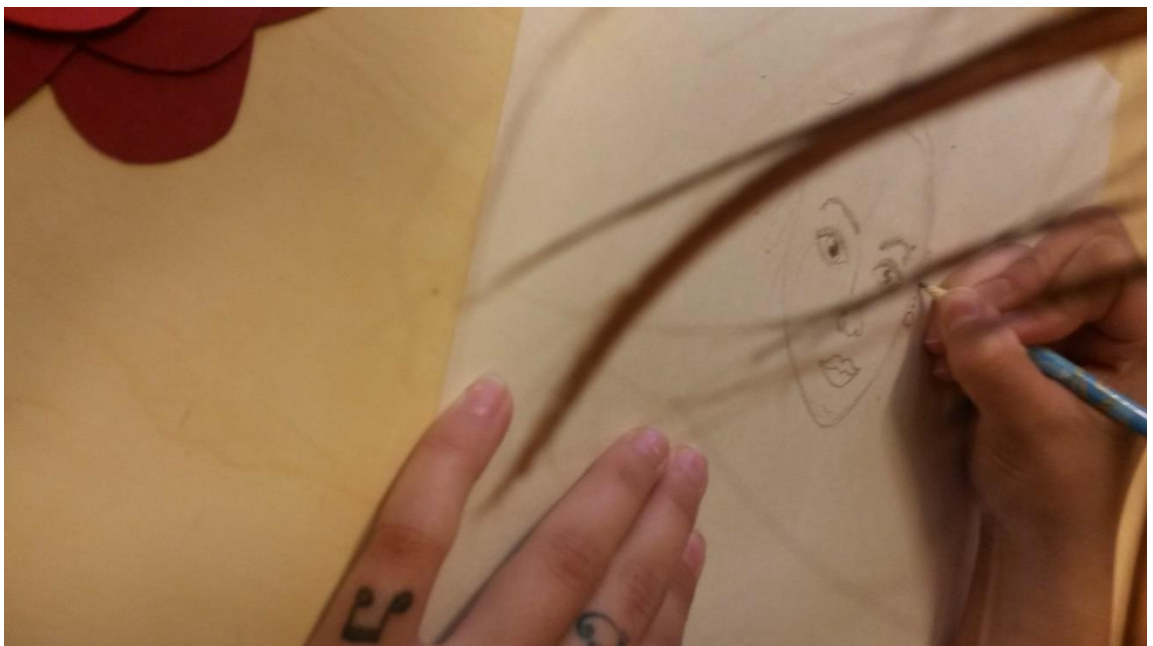
Ryhmän yhdessä laatimat yhteiset tavoitteet koko toiminta jakson ajalle.

Kuva 2.



Tällänen mä oon – janan toinen pää.

Kuva 3.



Omakuvaa miettimässä ja piirtämässä.

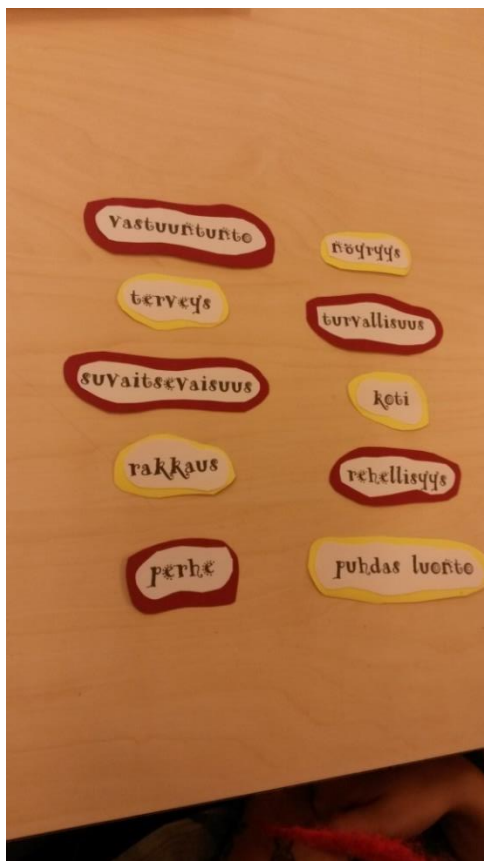
Kuva 4.



”mhh... missähän minä oon hyvä...”

### Arvot 17.9.2015

Kuva 5.



”Nämä on mulle tärkeitä arvoja...”

## Tunteiden nimeäminen 21.9.2015

Kuva 6.



”Aika helppoja näitä on nimetä... jotku on kyllä vaikeempia...”

## Tunteiden näyttäminen 23.9.2015

Kuva 7.



”Onko niitä tunteita niin paljon?”



Kuva 8.



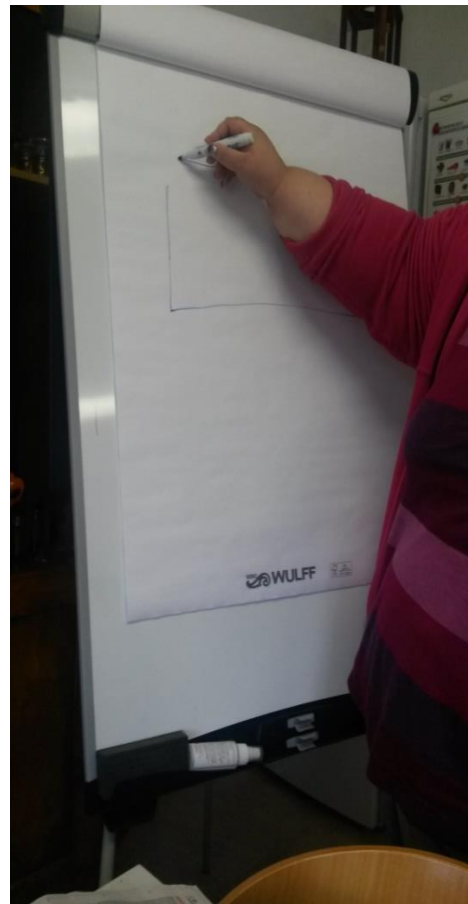
"Jeee, mää tiesin, anna helmi..."

### Kommunikointi 29.9.2015

Kuva 9.



Kuva 10.



"Kommunikointi on helpompaa ku saa käyttää kaikkia mahdollisia apukeinoja."



**Palautteen antaminen ja vastaanottaminen 7.10.2015**

Tästä osiosta jäivät kuvat ottamatta, kun innostuin itsekin aiheesta kovasti nuorten mukana.

**Lopetus 14.10.2015**

Myöskään viimeisestä kerrasta ei ole kuvia kun innostuimme juttelemaan nuorten kanssa jakson annista.

## 4 OHJAUSKANSION KOKOAMINEN OHJAAJILLE

### 4.1 Kansion idea

Ohjauskansion tarkoituksena on rohkaista pajatyön ohjaajia käyttämään työssään työvälineenä erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Opinnäytetyötä suunnitellaessa nousi esille, että pajatyössä työntekijät tarvitsevat uusia ideoita, vinkkejä ja rohkaistua toiminnallisten menetelmien hyödyntämiseen työssään. Alkuperäisenä ajatuksena oli, että myös ohjaajat osallistuisivat mahdollisuuksiensa mukaan toimintoihin ja sitä kautta he rohkaistuisivat ottamaan erilaisia menetelmiä käyttöönsä työssään, jolla tukea nuorten vuorovaikutustaitoja. Käytännössä yksi ohjaajista oli pääsääntöisesti jokaisessa ohjauskerrassa mukana ja lopussa saatu palaute oli, että olisi mukava saada jotain konkreettista itsellekin ohjaajana käteen. Siitä lähti sitten ajatus, että kokoan toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluvana produktina tehdyistä toiminnoista ohjaajille jäävän ohjauskansion, johon kirjaan toiminnat ja niiden tavoitteet sekä tarvittavien materiaalien listan sekä muuta tarpeellista.

Kokosin kansion ohjaajille siihen malliin, että he voivat lisätä sinne itse lisää materiaalia ja liitin siihen myös mm. nettilinkkejä, mistä löytyy lisä infoa erilaisiin toiminnallisiin harjoitteisiin. Kansion on tarkoitus rohkaista ohjaajia kokeilemaan erilaisia työmenetelmiä, kun menetelmät ja niiden tavoitteet on koottu selkeästi yhteen nippuun.

### 4.2 Kansion sisältö

Kansio on koottu kirjaimellisesti kansion muotoon, johon voi lisätä myöhemmin lisää materiaalia erilaisia ohjauksia varten. Kansion alussa on ihan ensin kerrottu, mikä kansio on ja mihin tarkoitukseen ja miksi ja kuka sen on laatinut. Kansiossa on kerrottu ensimmäisestä aloituskerrasta lähtien toiminta, tarvikkeet ja tavoitteet sekä vinkkiä siihen, kuinka toimintaa voi soveltaa, jos huomaa, että toiminta ei toimikaan sellaisenaan juuri sen ryhmän kanssa. Kansio on visuaalisesti kiinnostavan näköinen. Ohjeet ovat selkeitä. Kansiosta löytyy myös vinkkiä jokaisen toimintakerran alustuspuheeseen, eli siihen, kuinka ”virittää” ohjattava

ryhmä toiminnan aiheeseen. Kansion lopussa on tarviketasku, johon on liitetty valmiiksi osa tarvittavista välineistä ja jonne ohjaajat voivat itse tarvittaessa lisätä materiaalia.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

### 5.1 Kyselyt

Käytin opinnäytetyöni yhtenä aineistona kyselyitä; alkukartoituskysely sekä toimintojen alkaessa kysely nuorille, jossa he arvioivat omia vuorovaikutustaitoihin liittyviä asioita sekä samanlainen kysely ohjaajille, jossa ohjaajat arvioivat samoja asioita nuorista ryhmänä. (Liitteet 1 – 3) Samat kyselyt tehtiin toimintojen päättyessä. Näistä kyselyistä ei noussut esille mitään erityistä konkreettista. Ehkä suurimpana huomiona se, että ohjaajat arvioivat nuoret lähes joka kohdassa kohtaan huono tai kohtalainen, niin alku kuin loppu kyselyssäkin, kun nuoret itse taas arvioivat itsensä lähes joka kohdassa joko kohtalainen tai hyvä molemmissa kyselyissä. Kiinnitin siten opinnäytetyön tuloksia pohtiessani painopisteen eniten havainnoinnissa saamiini tuloksiin, sekä lopussa saatuun suulliseen ja kirjalliseen palautteeseen.

### 5.2 Havainnointi

Tässä opinnäytetyössä tulosten suurin painoarvo on toiminnallisen osuuden havainnointi osuudella. Havainnointi eli observointi on yksi olennainen keino tieteellisen tiedon keräämiseksi. Tutkimusmielessä tehty havainnointi merkitsee järjestelmällistä tietojen kokoamista ja tieteelliseen työskentelyyn suuntautunutta toimintaa. Havaintojen teossa tutkija käyttää aistejaan tarkemmin kuin tavallisessa arkitilanteessa. Havaintoja tehdään tavallisesti todellisissa elämäntilanteissa. Havainnointi voi kohdistua tapahtumaan, käyttäytymiseen tai fyysisiin kohteisiin. Havainnot kertovat, mitä ihmiset tekevä, miltä asiat näyttävät ja tuntuvat sekä eroavatko tehdyt asiat siitä, mitä ihmiset sanovat niiden olevan. Havainnointiin eivät kuitenkaan liity pelkkä sanallinen ilmaisu vaan myös eleet, ilmeet, asennot yms. (Anttila 2006, 189 – 192.)

Havainnointi voidaan jakaa kahteen päälajiin; suoraan ja osallistuvaan havainnointiin. Molemmat tavat voidaan jakaa vielä ennalta strukturoituun sekä ennalta strukturoimattomaan tapaan. Eli havainnoinnin katsotaan olevan suoraa, kun tutkija haluaa tarkkailla tilannetta ja tapahtumia ilman, että tutkittavat välttämättä

tietävät tutkijan läsnäolosta. Silloin havainnoidaan yleensä jonkun toisen tai toisten suorituksia tai tapahtumia jossakin. Avoin suora havainnointi tilanne on silloin, kun havaittavat tietävät tutkijan läsnäolosta. Osallistuva havainnointi merkitsee sitä, että tutkija on fyysisesti läsnä tutkimuskohteessa. Havainnoinnin lähtökohtana ovat kysymykset; ”mitä tässä tapahtuu? Mikä on tärkeää ja olennaista tässä tilanteessa? ja miten läsnäolijat itse kuvaavat tilannettaan ja miten he itse sen ilmaisevat? ”. (Anttila 2006, 189 – 192.)

Havainnointi voi olla aktiivista tai passiivista. Aktiivisessa osallistuvassa havainnoinnissa tutkija aktiivisesti vaikuttaa läsnäolollaan tutkittavaan asiaan. Passiivisessa osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on mukana yhtenä osallistujana toiminnassa mutta hän ei vaikuta millään tavalla tilanteen kulkuun. Havainnointitekniikkana voi käyttää joko strukturoitua tai strukturoimatonta havainnointia. Strukturoitu havainnointi merkitsee sitä, että havainnoinnin kohteet jäsennellään etukäteen. Tutkittavasta asiasta täytyy olla entuudestaan sen verran tietoa, että tutkija voi päättää, mitä ja milloin havainnoidaan. Näiden tietojen pohjalta voidaan sitten laatia luokitteluja tutkijan havainnointilomakkeeseen. (Anttila 2006, 189 – 192.)

Strukturoimaton havainnointi merkitsee sitä, että kaikki havainnot talletetaan muistiin erilaisia välineitä käyttäen ja koottu aineisto käsitellään myöhemmin. Strukturoimatonta havainnointia käytetään silloin, kun halutaan saada selville mahdollisimman paljon erilaista tietoa tutkittavasta asiasta. Tässä havainnointityylissä havainnointia ei luokitella etukäteen, vaan olettamusten perusteella havainnoidaan, mitä tilanteessa tapahtuu, eli on perehdytty aiheeseen etukäteen ja sen perusteella tehty olettamuksia joita havainnoidaan, että toteutuvatko olettamukset. Tietyt avainsanat on hyvä määritellä, joiden pohjalta havainnointia on helpompi lähteä myöhemmin analysoimaan. Molempiin tyyliin kuuluu valmiita toimenpiteitä, eli tavoitteet tulee määrittää ja tarkentaa sekä päättää havainnoinnilta vaadittava tarkkuus. Tutkimuskohteeseen on hyvä tutustua paikalla ennen havaintotapahtumaa. (Anttila 2006, 189 – 192.)

Tässä opinnäytetyössä havainnointi kohdistui työpajalla toteutettavaan toimintaan ja kuinka nuoret toimivat vuorovaikutustilanteissa pajalla. Havainnointi oli

aktiivista osallistuvaa ja strukturoimatonta, koska järjestin nuorille toiminnallisia tilanteita, jossa heillä oli erilaisia tehtäviä. Havainnoin nuorten toimintoja näissä toiminnallisissa tilanteissa ja kirjoitin toimintojen jälkeen havaintoni ja nuorten kommentteja itselleni ylös. Olin laatinut jokaiselle toimintakerralle tavoitteet, mihin kiinnitän havainnoinnissani huomiota mutta havainnoinnin tarkkuus oli vaihtelevaa. Kahdella ensimmäisellä kerralla kiinnitin havaintoni nuorten yleiseen olemukseen ja innostukseen tekemisessä, miten he huomioivat toisia ja osallistuvatko he kuinka aktiivisesti keskusteluun. Kolmannella ja neljännellä kerralla lisäsin havainnointiini avoimuuden näyttämisen, eli kuinka avoimesti nuoret pysyvät puhumaan. Viidennellä ja kuudennella kerralla tarkkailin edellisten lisäksi heidän katsekontaktia, eli mihin he katsovat puhuessaan. Välillä innostuin itsekin nuorten jutuista ja tekemisestä niin kovasti, että unohdin tehdä varsinaista havainnointi työtä ja mietin tapahtumia uudelleen toiminta hetken päätyttyä.

Toimintoja havainnoidessa, ennakko oletukseni oli, että nuoret eivät välttämättä innostu tekemään mitään, eikä keskustelua aiheista synny. Olettamukseni oli kuitenkin väärä. Nuoret osallistuivat pääsääntöisesti aktiivisesti keskusteluihin ja kaikkeen tekemiseen, osaan jopa hyvin innostuneesti. Tällänen mä oon – janan teko yllätti minut erityisen positiivisesti nuorten osalta. Siinäkin ennakko oletukseni oli, että nuoret laittavat nimilappunsa vain johonkin kohti janaa sen suuremmin ajattelematta, mutta todellisuudessa lappujen sijaintia selvästi mietittiin ajatuksella, niin alussa kuin lopussa ja viimeisellä kerralla tehty jana yllätti nuoret itsensäkin. Kuinka he olivatkaan saavuttaneet mielestään sen kohdan janas- sa jonne he olivat itsensä merkanneet alussa, että missä kohtaa janaa haluaisivat olla.

Positiivinen yllätys oli myös se, kuinka avoimestikin nuoret välillä puhuivat ajatuksistaan ja innostuivat tekemään toiminnallisiin osuuksiin kuuluvia tehtäviä. Nuorilta tuli hyviä kommentteja palautteen saamisesta ja antamisesta ja niiden tärkeydestä. He halusivat ehdottomasti jatkaa toimintojen päätyttyäkin kirjallisen palautteen antamis- ja saamis tapaa. Nuoret antoivat myös palautetta siitä, että toimintojen aikana he olivat oppineet tuntemaan toisiaan entistä paremmin ja herättänyt heissä ajatuksia, joita ei ole ennen tullut miettineeksi. Asioita oli tullut pohdittua myös vapaa-ajalla kavereiden kesken.

### 5.3 Kokonaisarviointi

Kokonaisarviointina kyselyt, jana-arviointi, havainnointi, palautteet ja lähdemateriaali huomioiden tutkimukseni tuloksena on, että nuorilla pääsääntöisesti on ihan hyvät tai kohtalaiset vuorovaikutustaidot kun heille antaa siihen mahdollisuuden ja heitä kannustaa käyttämään ja osallistumaan erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin. Kun heitä kehuu, rohkaisee ja kannustaa, he kyllä kykenevät hyviin vuorovaikutus suorituksiin. Erityisesti toimintojen aikana ja viimeisellä loppukustelun hetkellä nuoret kertoivat, kuinka tärkeää on saada palautetta siitä omasta tehdystä työstä. Jos työstä ei saa palautetta tai se on aina negatiivista, on hankala kehittää itseään ja ainainen negatiivinen palaute laskee motivaatiota, joka voi ennestään jo olla heikko. Jo pienelläkin kehumisella voi olla tärkeitä positiivisia vaikutuksia nuoreen. Sekä sillä, että nuori saa positiivisia kokemuksia ja että ohjauksessa käytetään erilaisia menetelmiä hyödyksi. Pelkkä puhuminen ei välttämättä läheskään aina riitä, nuori voi tarvita vuorovaikutustilanteissa tueksi kynää ja paperia, mahdollisesti erilaisia värejä ja muuta materiaalia ilmaistessaan itseään ja asiansa sillä tavalla, että hänet ymmärretään.

Näen, että työpajatoiminnassa ohjaaja on erittäin tärkeässä roolissa nuoren elämässä ja eteenpäin kannustamisessa ja ohjaamisessa. Toki nuorella täytyy itselläänkin olla halu ja motivaatio elämässä eteenpäin menemisessä mutta toisaalta näen sen myös niin, että ohjaajalla on myös siinä tärkeä rooli, että ohjaa nuorta löytämään sen oman innostuksen, halun ja motivaation.

Toimintakerroilla tekemieni havaintojen perusteella, nuoret suorastaan innostuivat loppua kohden tekemisistä. Selvää edistystä avoimuudessa, ainakin tämän ryhmätoiminnan aikana tapahtui myös. Toisaaltahan minä en voi olla 100 %:n varma, että johtuiko muutos henkilöllä juuri näistä toiminnoista, vai omassa elämässä mahdollisesti muuten tapahtuvista asioista vai näiden yhteisvaikutuksesta. Tämä olisi selvinnyt ehkä tarkemmin pitemmän aikavälin tarkkailulla.

Loppupäätelmäni kuitenkin on, että ohjaajan aktiivisella kannustuksella ja palautteen antamisella, sekä mielekkäällä toiminnallisella tekemisellä voidaan

vahvistaa nuorten vuorovaikutustaitoja ja herättää heissä uusia positiivisia ajatuksia omaan elämäänsä liittyen.



## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimusaineiston ja muun lähdemateriaalin perusteella olen selvittänyt vastaukset tutkimuskysymyksiini. Tärkeimpänä tutkimusaineisto materiaalina on ollut havainnointi toiminnoissa. Havainnoinnin ja palautteiden perusteella olen huomoinut, että nuorten vuorovaikutustaidot keskenään ovat kyllä ihan kohtalaiset ja kun kommunikointi tapahtuu heille tutun ihmisen kanssa tai tutussa ympäristössä.

Kyselyn perusteella nuoret tuntevat kykenevänsä hoitaa kaikki tai lähes kaikki viralliset asiat, kuten virastoasioidnit kohtalaisesti. Kyselyn ja havaintojeni perusteella voisi olettaa, että nuoret tarvitsevat enemmän kuitenkin ehkä tukea ja ohjausta virastoissa käytettävien käsitteiden ymmärtämiseen sekä erilaisten lomakkeiden täyttöön. Ja jotta nuori saisi tarvitsemaansa palvelua, nuori tarvitsee hyviä vuorovaikutustaitoja, jotta hänellä on rohkeutta kysyä, jos ei jotain asiaa ymmärrä. Saadun palautteen perusteella nuorille on mahdollista antaa vahvistavia kokemuksia vuorovaikutustaitoihin toiminnallisten menetelmien kautta. Tämän perustelen sillä, että nuorilta saadun palautteen perusteella nuoret oppivat toimintojen aikana ensinnäkin tuntemaan toisiaan paremmin ja heillä heräsi ajatuksia, joita ei ole ennen hoksannut ajatella. Kyselyissä ihmettelin aluksi, miten muutamissa kohdissa vastaukset olivat laskeneet, esim. hyvästä kohtalaiseen. Pohdin tätä pitkään, kunnes oivalsin, että nuoret osasivat toimintojen jälkeen tutkailla itseään tarkemmin ja he olivat tehneet huomioita omassa itsessään. Esimerkiksi omien heikkouksien tunteminen oli laskenut hyvästä tai jopa erittäin hyvästä huonoon. Keskusteluissa ja palautteissa nousseiden seikkojen perusteella vahvistan tämän oletuksen.

Toinen tutkimuskysymykseni liittyi pajatyöskentelyssä tarvittaviin vuorovaikutustaitoihin. Tähänkin olen selvittänyt vastauksen havainnoinnin ja lähdemateriaalin avulla. Nuorisotyöttömyys otsakkeen alla kirjoitin työttömyyden vaikutuksista nuoren elämään ja lähdemateriaalia tutkiessani ja havaintojani pohtiessa ymmärrän, että jos nuori ei ole työ- tai kouluelämässä, mutta on päässyt mukaan pajatoimintaan, se on hyväksi nuorelle.

Pajalla tarvitsee ensinnäkin hyviä vuorovaikutustaitoja kommunikoidakseen toisten pajalaisten kanssa mutta myös kommunikoidakseen ohjaajien kanssa saadakseen heiltä oikeanlaista ohjausta, tukea ja apua. Tässäkin tapauksessa jos nuori ei osaa kertoa ohjaajalle mahdollisista ongelmistaan, tai ei osaa kysyä tarkentavia kysymyksiä annetun tehtävän hoitamiseen, voi pajalla olo olla turhaa tai nuori ei saa muuten pajalta tarvitsemaansa hyötyä.

Kolmas kysymykseni kysyi, miksi vuorovaikutustaidot ylipäänsä ovat tärkeitä vai ovatko. Näihin vastaus on tullut jo kahta ensimmäistä kysymystä selvittäessä. Vuorovaikutustaitoja tarvitaan kaikessa elämän toiminnoissa. Jo ihan pienelle lapselle vuorovaikutus toisen ihmisen kanssa on tärkeää lapsen kehityksen kannalta. Kirjassa varhaiset ihmissuhteet kirjoitetaan sivulla 55 vauvan vastavuoroisuudesta ja toimivasta vuorovaikutuksesta. Siinä kerrotaan, kuinka vauvan halu ja taito ilmaista itseään kehittyy, kun toinen ihminen huomioi vauvan erilaisilla eleillä, ilmeillä ja kosketuksilla sekä puheella. (Silven 2010, 55). Samalla tavalla vastavuoroisuus on tärkeää, niin nuorelle kuin aikuisellekin ja vastavuoroisuutta ja vuorovaikutustaitoja voi harjoitella ja saada siitä hyviä kokemuksia vain osallistumalla rohkeasti erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin. Niitä tulee vastaan kaupassa, parisuhteessa, ystävyys-suhteissa, työssä, koulussa yms. Eli vuorovaikutustaidot ovat tärkeitä, jos haluaa kommunikoida toisten kanssa ymmärrettävästi ja mahdollisesti opettaa jossain vaiheessa kommunikointia myös omalle lapselle.

Tällanen mä oon – jana- arviointia oli mielenkiintoista tehdä ja siitä nousi kiinnostavia asioita esille. Nuoret selvästi todella miettivät vastauksia ja viimeisellä kerralla tehdyt arvioinnit hämmästyttivät nuoret itsensäkin. Alussa merkatut tavoitteet nuoret olivat saavuttaneet täysin tai jopa paremminkin. Tästä nousi paljon keskustelua ja nuoret tunsivat, että olivat saaneet jakson aikana jana- arvioinnissa oleviin asioihin varmuutta itselleen. Jana- arvioinnissa nuorilla konkretisoitui itselleenkin heidän piirteitään kuvaavia asioita ja mitä he haluaisivat olla.

Opinnäytetyön yleisenä tavoitteena oli pyrkimys ammatilliseen kasvuun ja asiantuntijuuden kehittämiseen sekä oppia tunnistamaan, määrittelemään ja rajaamaan työelämän ongelmia, soveltamaan teorian tietoja luovasti todellisiin työ-

elämän ongelmiin, hankkimaan ja hallitsemaan työelämän ongelmissa tarvittavaa tietoa, työskentelemään itsenäisesti ja vastuullisesti, toimimaan yhteistyössä ja hallitsemaan projekteja, arvioimaan omaa toimintaa kriittisesti ja kehittämään sitä, sekä raportoimaan omaa työtä suullisesti ja kirjallisesti. Varsinainen tavoite työlleni oli hankkia tutkimustietoa pajatyössä mukana olevien nuorten vuorovaikutustaitojen kehittamisestä toiminnallisin menetelmin. Toiminnallisen osion tavoitteenani oli kannustaa toimintaan osallistuvia nuoria kehittämään itseään ja saada heille positiivisia kokemuksia sekä ajattelemisen aihetta omaan elämään ja elämän valintoihin liittyviin kysymyksiin ja sitä kautta rohkaista heitä osallistumaan erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin.

Mielestäni olen aika hyvin saavuttanut työlleni laatimat tavoitteet. Oman kokemukseni ja havaintojeni perusteella toiminnalliseen osioon liittyvään tavoitteeseeni suhteessa nuoriin, pääsin hyvin, sillä nuorilta saadun palautteen perusteella, he kokivat saaneensa toimintojen kautta positiivisia kokemuksia ja ajattelemisen aihetta omaan elämäänsä liittyen. Ohjaajien rohkaistumiseen toivon, että viimeistään siinä vaiheessa, kun he saavat valmiin ohjauskansion käsiinsä, he ottavat rohkeammin erilaiset työvälineet käyttöönsä. Kokemukseni perusteella, toiminnot ainakin aiheuttivat keskusteluja li pajalla, niin nuorten kuin ohjaajienkin kesken. Kaikki eivät välttämättä ole aina samaa mieltä joka asiasta ja sehän on ihan luonnollista ja jokaisella on oikeus sanoa oma mielipiteensä mutta kenenkään ajatuksia ei ole hyvä ”lytätä”. Nuorilta tuli viimeisellä toimintakeralla todella hyviä ajatuksia, mitä he haluaisivat pajalla tehdä ja nuoret kertoivat niistä myös ohjaajille. Minä kannustin nuoria tekemään ohjaajille myös jatkossa ehdotuksia siitä, mitä he haluaisivat pajalla tehdä.

Eettisen näkökulman huomioiminen tässä työssä on ollut tärkeää, sillä työ on toteutettu pienellä paikkakunnalla ja toimintoihin osallistui vain pieni porukka nuoria. Jos tuloksia analysoidessani olisi kirjoittanut yksityiskohtaisemmin nuorten kokemuksista, olisi helposti voinut käydä niin, että henkilö tai henkilöt olisivat tunnistettavissa ja se ei ole eettisesti oikein eikä työn tarkoitus. Siksi mm. tässä johtopäätökset osiossa kerron aika yleisesti, millaisia tuloksia sain aikaan ja mikä minun kokonaisnäkömykseni on yleisesti nuorten vuorovaikutustaidoista

ja niiden mahdollisuuksista kehittää vuorovaikutustaitoja toiminnallisien menetelmin.

Tämän työn jatkotyöstämistä voisi pohtia ja tutkia vielä laajemmalti ja syvällisemminkin, sillä aihe on sikäli erittäin ajankohtainen, kun on puhuttu laajasti nuorisotyöttömyydestä ja nuorten syrjäytymisestä. Eli tätä opinnäytetyötä voisi käyttää jatkossa pohjana syventäessä aiheen tutkimista, esim. millainen vaikutus vuorovaikutustaitojen kehittämisellä on nuorten arjessa selviytymiseen. Tätä työtä ja ohjauskansiota voi hyödyntää mietittäessä nuorten työpajatoiminnan kehittämistä niin lissä kuin muuallakin. Toki ohjauskansiota voi hyödyntää ja soveltaa muuhunkin ryhmätoimintaan, esim. ryhmämuotoisen kuntouttavan työtoiminnan suunnittelussa.

Tämä työ on pyritty tekemään mahdollisimman luotettavasti ja lähteinä on käytetty kirjalähteitä sekä muutamia aiheita koskevia luotettavia nettisivustoja. Työn toiminnallinen osuus ja siinä tehdyt havainnot ja siten myös tulokset voisivat olla erilaisia erilaisen ryhmän kanssa, mutta olen pyrkinyt tuloksia arvioidessani ottamaan huomioon myös yleisen käsityksen nuorten vuorovaikutustaidoista sekä hyödyntämään lähdemateriaalia. Eli loppupäätelmiä ei ole tehty pelkästään toiminnasta ja kyselyistä saatujen kokemusten perusteella, vaikkakin niillä on suuri painoarvo juuri tässä työssä.

## 7 POHDINTA

Kun nyt lopuksi mietin tätä opinnäytetyö prosessia, onhan se ollut melkoinen. Joskus marras -joulukuussa 2014 alkoi ensimmäisen kerran heräillä kunnolla ajatuksia, että ”hitsi, pitäisi alkaa sitä opinnäytetyötäkin miettiä”. Ne olivat semmoisia yksittäisiä ajatuksia tuolloin. Tammikuussa 2015 aloin kuitenkin miettiä työtä enempi ja huhtikuussa 2015 oli aihe suurin piirtein selvillä. Toukokuussa aloitin työn suunnittelun ja tein opinnäytetyön suunnitelman. Kesä 2015 meni aiheeseen tutustuen tarkemmin ja sitten punainen lanka katosikin ensimmäisen kerran. Elokuussa 2015 sain taas langasta kiinni ja suunnittelin toiminnalliset osiot ja sovimme li pajan kanssa käytännön asioista. Syys- lokakuun aikana toteutin toiminnalliset osiot ja hankin lisää lähdemateriaalia. Marraskuulla 2015 punainen lanka katosi jälleen. Jätin työn suosiolla vähän sivummalle ja tutustuin vain materiaaleihin, mutta en tehnyt varsinaista kirjoitustyötä. Jatkoin työn työstämistä tammikuussa 2016, jolloin tuntui, että nyt olen oikeilla raiteilla ja saan työn tehtyä. Eli pitkällinen prosessi on ollut mutta sitäkin antoisampi. Työtunteja en ole uskaltanut laskea mitä on kaikkinsa mennyt. Muutamana iltana meni yö myöhään kun valmistelin toiminnalliseen osioon tarvittavia materiaaleja mutta totesin toimintojen jälkeen että kyllä kannatti. Ja niin totean tästä työstäkin, kyllä kannatti. Toivon, että tästä olisi minulle hyötyä jatkossakin mm. työn haussa ja varsinaisen työn tekemisessä. Ja tietysti olisi hienoa jos tekemästäni työstä hyötyisi tavalla taikka toisella joku toinenkin ja saisin tietää siitä. Se loisi itselleni uskoa entisestään siihen, että minä kyllä osaan ja että tämä työ kannatti tehdä.

Olen työhöni loppujen lopuksi aika tyytyväinen, vaikka välillä työn ”punainen lanka” meinasi olla hukassa ja meinasin harhautua sivu raiteille. Silloin katsoin parhaakseni pistää työn hetkeksi jäähyille ja miettiä asioita rauhassa. Se on kai ihan normaalia tutkimustyössä, että välillä tutkimuksen teko ”tuntuu tökkivän” kunnes työ taas rupeaa etenemään. Työ on ollut ehkä suurin oppimiskokemukseni koko koulutuksen aikana. On täytynyt tutustua ensinnäkin tutkimustyön tekemiseen liittyvään aineistoon ja se on todella laajaa. Siinä vaiheessa tuli ensimmäinen ”tenkkapoo”, kun mietin työn kirjoittamisen aloittamista ja tarkemmin mikä on tutkimustapa, kuinka hankkia aineisto, kuinka analysoida aineisto yms.

Lisäksi on täytynyt tutustua työpajatoimintaan, nuorten elämään liittyviin asioihin ja tietysti erilaisiin vuorovaikutuksiin liittyviin seikkoihin.

Kirjoja ja muuta materiaalia on tullut luettua enemmän kuin varmasti koko elämän aikana yhteensä. Työtä on ollut kuitenkin äärimmäisen mielenkiintoista tehdä, eikä kertaakaan tullut tunnetta että haluan vaihtaa aihetta. Ensinnäkin aihe oli todella mielenkiintoinen ja toimintojen suunnittelu ja toteutus oli erityisen antoisaa. Nuorten kanssa oli mukava toimia, vaikka alkuun jännitin, alkavatko nuoret minun kanssa millegään. Pystyin kuitenkin käymään tutustumassa li pajan toimintaan ja nuoriin muutaman kerran ennen varsinaisen toiminnan aloittamista ja tämä toi ehkä luottamusta nuoriin ja helpotti omaa toimintaa ja menemistä pajalle vetämään toimintoja. Ohjaajiin pääsin myös tutustumisten yhteydessä tutustumaan.

Nuorillehan oli tuttua, että ulkopuolinen tuli vetämään toimintaa, sillä olihan heillä pajalla ollut erilaisia toimintoja ennenkin, ne tosin olivat käsittääkseni olleet pääsääntöisesti lyhyempiä pätkiä. Viimeisellä kerralla nuorten palautteessa nousi esille, että heistä oli mukavampi, jos joku ulkopuolinen tulee vetämään toiminnat, se on nuorten mielestä jotenkin uskottavampaa ja asian ottaa enempi tosissaan. Tässä kohtaa pisti miettimään, että miksi nuoret kokevat näin. Ovatko vakituiset ohjaajat käyneet liian tutuiksi ja heidän kanssaan ollaan enempi kavereita kuin ohjauksellisessa suhteessa vai eivätkö ohjaajat kykene nuorten mielestä uskottavaan toimintaan vai onko kyse jostain ihan muusta. Se on kuitenkin aihe, jota täytyisi ehkä tutkia tarkemmin ja en perehtynyt tässä opinnäytetyössä siihen syvällisemmin.

Jatkossa olisi erittäin mielenkiintoista päästä tekemään vastaavanlaista ohjaajan työtä nuorten parissa, jossa voisin hyödyntää luovaa ja toiminnallista osaamistani sekä olla mukana kannustamassa nuoria eteenpäin elämässään.

Loppujen lopuksi olen tyytyväinen aikaansaannokseeni, vaikka olen kompuroinutkin välillä mutta noussut kuitenkin aina ylös. Olen oppinut paljon tämän työn myötä ja hyvin on tullut tiivistettyä koko sosionomi opintojen antia tätä työtä tehdessä. Jos tätä lukee joku, joka on tekemässä opinnäytetyötä, haluan sanoa,

että kompuroinnit eivät haittaa. Suunta on aina ylöspäin, niin kuin elämässä muutenkin, kun muistaa, ettei anna periksi.

## LÄHTEET

Aaltola, J. & Valli, R. 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: PS-kustannus.

Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. 2015. Nuoret luukulla. Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Viitattu 19.1.2016

<http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/nuoretluukulla.pdf>

Anttila, P. 2006. Tutkiva toiminta ja ilmaisu, Teos, Tekeminen. Hamina: Akatiimi Oy.

Finlex 2006. Nuorisolaki. Viitattu 19.1.2016

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=nuorisolaki>

Finlex 2012. Laki julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta. Viitattu 19.1.2015

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120916?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=Laki%20julkisesta%20ty%C3%B6voimapalvelusta>

Finlex 2001. Laki kuntouttavasta työtoiminnasta. Viitattu 19.1.2015

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=laki%20kuntouttavasta%20ty%C3%B6toiminnasta>

Finlex 2014. Laki työllistymistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta. Viitattu 19.1.2015

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141369>

Finlex 2014. Sosiaalihuoltolaki. Viitattu 11.1.2016

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>



Finlex 2010. Terveysturvallisuuslaki. Viitattu 19.1.2015

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=terveydenhuoltolaki>

Finlex 2002. Työtömyysturvallisuuslaki. Viitattu 19.1.2015

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20021290?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=ty%C3%B6tt%C3%B6myysturvallisuuslaki>

lin kunta. 2016. Työpajatoiminta. Viitattu 11.1.2016.

<http://rekry.ii.fi/tyopajatoiminta>

Kauppila, R. 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Jyväskylä: Ps-kustannus.

Kemppainen, P. & Rouvinen-Kemppainen, K. 1998. Vuorovaikutuksen aarrearkku. Vinkkejä kasvattajille. Vantaa: Kustannusvalmennus P. & K. Oy.

Kuusela, P. 2007. Sosiaalipsykologia. Yksilöstä yhteiskuntaan. Kuopio: Uni-press.

Lapin AMK 2016. Opinto-opas. Opinnäytetyö. Viitattu 5.1.2016

<http://www.lapinamk.fi/fi/Opiskelijalle/Opinto-opas,-AMK-tutkinto/Opinnaytetyoohje/AMK-tutkinnon-opinnaytetyo>

Myllyniemi, S. 2015. Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Nuorisotutkimusverkosto. 2016. Viitattu 19.1.2016.

[https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri\\_2015\\_ISSUU.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri_2015_ISSUU.pdf)

Opetus ja kulttuuriministeriö 2015. Nuorisolain uudistaminen. Viitattu 11.1.2016.

<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/Liitteet/tr16.pdf>

Viinamäki, L. 2007. Polkuja soveltavaan yhteis-kuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sosiaalisuus on eriasia kuin sosiaaliset taidot, 2016. Nyyti Ry. Viitattu 5.1.2016.  
<https://www.nyyti.fi/tietoa/sosiaalisuus-ja-sosiaaliset-aidot/>

Tilastokeskus 2016. Käsitteet ja määritelmät. Työtön. Viitattu 11.1.2016.  
<http://www.tilastokeskus.fi/meta/kas/tyoton.html>

Tilastokeskus 2016. Työvoimatutkimus. Joulukuu 2015. Viitattu 11.1.2016.  
[http://www.stat.fi/til/tyti/2015/12/tyti\\_2015\\_12\\_2016-01-27\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyti/2015/12/tyti_2015_12_2016-01-27_tie_001_fi.html)

Työ- ja elinkeinoministeriö 2016. Kuntapohjaisia vuosikeskiarvoja. Viitattu 19.1.2016.  
[http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia\\_vuosikeskiarvoja](http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto/kuntapohjaisia_vuosikeskiarvoja)

Solantaus, T. & Paavonen, E. 2009. Vanhempien mielenterveyshäiriöt ja lasten psykiatriset ongelmat. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 10.2.2016.  
[http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p\\_p\\_id=Article\\_WAR\\_DL6\\_Article\\_report-let&p\\_p\\_action=1&p\\_p\\_state=maximized&viewType=viewArticle&tunnus=duo98270](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Article_report-let&p_p_action=1&p_p_state=maximized&viewType=viewArticle&tunnus=duo98270)

Terveys- ja hyvinvointilaitos. 2014. Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus. Viitattu 11.1.2016.  
<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/syrjaytyminen-ja-osallisuus/nuorten-syrjaytyminen/huono-osaisuuden-ylisukupolvisuus>

Terveys- ja hyvinvoinninlaitos. 2015. Nuorten syrjäytyminen. Viitattu 11.1.2016.

<https://www.thl.fi/en/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/syrjaytyminen-ja-osallisuus/nuorten-syrjaytyminen>

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2012. TEM raportteja 8/2012. Nuorten yhteiskuntatakuu 2013. Viitattu 19.1.2016.

[https://www.tem.fi/files/32290/TEMrap\\_8\\_2012.pdf](https://www.tem.fi/files/32290/TEMrap_8_2012.pdf)

Valtakunnallinen työpajayhdistys. 2016. Työpajatoiminta Suomessa. Viitattu 11.1.2016.

<http://www.tpy.fi/tyopajatoiminta-suomessa/>

## LIITTEET

Liite 1. Alkukartoituskysely

Liite 2. Kysely nuorille

Liite 3. Kysely ohjaajille

Liite 4. Työpaja ohjaajan ohjauskansio

## LIITE 1.

**KYSELY IIN PAJATOIMINNOISSA MUKANA OLEVALLE NUO-  
RELLE**

Vastaa seuraaviin kysymyksiin kysymyksestä riippuen joko ympyröimällä sopiva vaihtoehto tai omin sanoin kirjoittamalla mahdollisimman tarkka ja laaja vastaus.

**I. TAUSTATIEDOT****1. Mikä on sukupuolesi?**

a) Nainen

b) Mies

**2. Mikä on syntymävuotesi? \_\_\_\_\_ (vuosiluku xxxx)****3. Mikä on yleissivistävä koulutuksesi?**

a) Peruskoulu

b) Ammattikoulu

c) Lukio

**4. Mikä on sinun tämän hetkinen opiskelutilanteesi?** (voit valita tarvittaessa myös useamman vaihtoehdon ja halutessasi kertoa tilanteestasi tarkemmin lisäkommentit kohtaan)

a) Viimeisimmät opintoni ovat keskeytyneet, opintoni kestivät \_\_\_\_\_ **kk**, mutta keskeytyivät koska

---

---

b) Olen hakenut kouluun ja odotan tietoa pääsystä.

c) En ole hakenut kouluun.

d) Muu tilanne, mikä?

---

---

---

e) Lisäkommentit (Tähän voit halutessasi perustella ja kertoa tarkemmin nykyisestä elämäntilanteestasi liittyen opiskeluun.)

---

---

---

---

## II. TYÖKOKEMUS

Ympyröi seuraavista vaihtoehtoista juuri sinun tilannettasi kuvaava vaihtoehto.

**5. Kuinka kauan olet työskennellyt palkkatyössä viimeisen 2 vuoden aikana yhteensä?**

a) Alle kuukauden

b) 1kk

c) 2kk

d) 3kk

e) 6kk tai yli

f) En ole työskennellyt lainkaan viimeisen 2 vuoden aikana

**6. Kuinka kauan olet nyt ollut lin kunnan järjestämässä pajatoiminnassa?**

a) alle 1kk

b) 1-2kk

c) 3-4kk

d) yli 5kk

## 7. Missä seuraavista olet ollut edellä mainittuna aikana?

- a) Starttipajalla
- b) li pajalla
- c) Molemmissa

## III. TYÖPAJA-AIKA

## 8. Arvioi seuraavat väittämät sinun kohdallasi sopivaksi. Rastita sopiva vaihtoehto.

Väittämät	Erittäin huonosti	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erittäin hyvin
Olen viihtynyt pajalla					
Pajatoiminta on auttanut itsenäistymisessä					
Pajatoiminta on antanut varmuutta omalle osaamiselleni					
Pajatoiminta on auttanut huomaamaan omat vahvuuteni					
Pajatoiminta on auttanut huomaamaan omat heikkouteni					
Pajatoiminta on parantanut arkielämän taitojani					
Pajatoiminta on kehittänyt ihmishuonon/vuorovaikutustaitojani					
Pajatoiminta on selkiyttänyt tulevaisuuden suunnitelmiani					
Pajatoiminta on antanut uusia ystäviä					
Pajatoiminta on tuonut uutta sisältöä arkeeni					
Pajatoiminta on auttanut tavallomaisen vuorokausi-rytmin säilyttämisessä					

**9. Onko pajatoiminta antanut sinulle jotain muuta? (Kirjoita omin sanoin)**

---



---



---



---

**10. Arvioi seuraavat pajatoimintaan liittyvät seikat omalta osaltasi. Rastita sopiva vaihtoehto.**

Väittämä	Erittäin huono	Huono	Kohtalainen	Hyvä	Erittäin hyvä
Pajan työilmapiiri on					
Henkilökunnalta saatu tuki ja ohjaus on ollut					
Toisilta "pajalaisilta" saatu tuki ja kannustus on ollut					
Pajalla saatu vastuu tehtävistä on ollut					
Työpajatoiminta vastasi odotuksiani					

**11. Kirjoita omin sanoin, millainen on hyvä ohjaaja pajatoiminnassa?**

---



---



---



---



---

**12. Kirjoita omin sanoin, millainen on huono ohjaaja pajatoiminnassa?**

---



---



---



---



---



**13. Kerro omin sanoin mitä toivoisit että pajalla tehtäisiin.**

---



---



---



---



---

**14. Suositteletko pajatoimintaa ystäville/ tuttavillesi? Ympyröi sopiva vaihtoehto.**

a) Kyllä

b) En

#### IV. VUOROVAKUTUSTAITOT

**15. Arvioi seuraavat itseäsi parhaiten kuvaavat tekijät. Rastita sopiva vaihtoehto.**

Väittämä	Erittäin huonosti	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erittäin hyvin
Tunnen omat vahvuuteni.					
Tunnen omat heikkouteni.					
Osaan toimia erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa.					
Osaan hoitaa kaikki tai lähes kaikki viralliset asiat itsenäisesti, kuten virastoissa asioinnit yms.					
Ryhmässä työskentely onnistuu minulla.					
Erilaisten päätösten tekeminen onnistuu minulla.					
Ilmaisen yleensä mielipiteeni.					
Ilmaisemani asia ymmärretään yleensä.					
Uusien ystävyys suhteiden luominen minulla onnistuu.					

Päätösten ja asioiden perustelu onnistuu minulla.					
Oman onnistumisen myöntäminen onnistuu minulta.					
Oman virheen myöntäminen onnistuu minulta.					
Osaan ottaa vastaan rakentavaa palautetta.					
Osaan antaa rakentavaa palautetta.					

**Kiitän lämpimästi vastauksestasi ja toivotan sinulle mukavaa kesää.**

Sosionomi opiskelija Hanna Rissanen

## LIITE 2.

**KYSELY NUORTEN RYHMÄSSÄ MUKANA OLEVALLE NUO-  
RELLE**

Vastaa seuraaviin kysymyksiin rastittamalla sopiva vaihtoehto.

**V. OMA KOKEMUS ITSESTÄ****1. Kuinka arvioit itsesi seuraavissa väittämissä? Rastita sopiva vaihtoehto.**

<b>Väittämä</b>	<b>Erittäin huono</b>	<b>Huono</b>	<b>Kohtalainen</b>	<b>Hyvä</b>	<b>Erittäin hyvä</b>
Itsetuntoni on					
Päätöksenteko kykyni on					
Kykyni näyttää tunteitani on					
Kykyni kuunnella toisia on					
Kykyni ilmaista asiani on					
Kykyni tuntea omat vahvuuteni on.					
Kykyni tuntea omat heikkouteni on.					
Kykyni toimia erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa on.					
Kykyni hoitaa kaikki tai lähes kaikki viralliset asiat itsenäisesti, esim. virastoissa asioinnit yms. on.					
Ryhmässä työskentely kykyni minulla on.					
Kykyni ilmaista mielipiteeni on.					
Ilmaisemani asia ymmärtään yleensä.					

Valintojeni perustelu onnistuu minulta.					
Kykyni oman virheen myöntämiseen on minulta.					
Kykyni vastaanottaa rakentavaa palautetta on.					
Kykyni antaa rakentavaa palautetta on.					

**Kiitän lämpimästi vastauksestasi ja toivotan sinulle mukavaa syksyn jatkoa.**

Sosionomi opiskelija Hanna Rissanen

LIITE 3.

## **KYSELY IIPAJAN TYÖNTEKIJÄLLE**

Vastaa seuraaviin kysymyksiin rastittamalla sopiva vaihtoehto.

### **I. TYÖNTEKIJÄN NÄKEMYS NUORESTA**

#### **1. Kuinka arvioit nuoret seuraavissa väittämässä? Rastita sopiva vaihtoehto.**

<b>Väittämä</b>	<b>Erittäin huono</b>	<b>Huono</b>	<b>Kohtalainen</b>	<b>Hyvä</b>	<b>Erittäin hyvä</b>
Nuorten itsetunto on					
Nuorten päätöksenteko kyky on					
Nuorten kyky näyttää tunteita on					
Nuorten kyky kuunnella toisia on					
Nuorten kyky ilmaista asiansa on					
Nuorten kyky tuntea omat vahvuutensa on.					
Nuorten kyky tuntea omat heikkoutensa on.					
Nuorten kyky toimia erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa on.					
Nuorten kyky hoitaa kaikki tai lähes kaikki viralliset asiat itsenäisesti, esim. virastoissa asioinnit yms. on.					
Ryhmässä työskentely kyky nuorilla on.					

Nuorten kyky ilmaista mielipiteensä on.					
Nuorten ilmaisema asia ymmärretään yleensä.					
Uusien ystävyys suhteiden luominen nuorilla onnistuu.					
Valintojen perustelu onnistuu nuorelta.					
Nuorten kyvyt oman virheen myöntämiseen on.					
Nuorten kyky vastaanottaa rakentavaa palautetta on.					
Nuorten kyky antaa rakentavaa palautetta on.					

**Kiitän lämpimästi vastauksestasi ja toivotan sinulle mukavaa syksyn jatkoa.**

Sosionomi opiskelija Hanna Rissanen

LIITE 4.

TYÖPÄJÄ

OHJALAIN

OHJALUSKANSIO

iiPaja



Yhdessä tekemisestä voimaa

## SISÄLLYS

JOHDANTO .....	<b>VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.</b>
1 VUOROVAIKUTUSTAITOJOT.....	82
2 TOIMINNALLISET HARJOITTEET.....	<b>VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.</b>
2.1 Minäkuva .....	84
2.2 Arvot .....	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>
2.3 Tunteiden nimeäminen.....	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>
2.4 Tunteiden näyttäminen.....	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>
2.5 Kommunikointi.....	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>
2.6 Palautteen antaminen ja vastaanottaminen.....	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>
3 LINKKEJÄ MUIHIN TOIMINNALLISIIN HARJOITUKSIIN.....	<b>VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.</b>
4 MUISTIINPANOT.....	<b>VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.</b>



## JOHDANTO

Tämä ohjauskansio on tehty osana sosionomin opinnäytetyötä Iihin Iin työpajalle. Opinnäytetyö löytyy kansion lopusta. Opinnäytetyön aiheena olivat nuorten vuorovaikutustaidot ja niiden kehittäminen toiminnallisilla menetelmillä. Työn yhtenä tavoitteena oli rohkaista ohjaajia käyttämään työssään erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Siihen liittyen on siis koottu tämä kansio.

Kansion alussa on hieman teorian tietoa vuorovaikutustaidoista. Lisäksi kansiosta löytyy erilaisia toiminnallisia harjoitteita vuorovaikutustaitojen kehittämistä varten. Harjoitteet ovat samat, jotka toteutettiin Ii-pajan nuorten kanssa syksyllä 2015 osana sosionomin opinnäytetyötä. Kansiossa on kerrottu harjoitteen toteutustavasta, tarvittavista välineistä ja muusta materiaalista sekä mikä on toiminnan tavoite. Lisäksi on vinkkejä jokaisen toiminnan pohjustus keskustelun pitämiseksi.

Kansion lopusta löytyy lisäksi myös hyviä nettilinkkejä, mistä löytyy erilaisia toiminnallisia harjoitteita sekä muistiinpanot osio, johon ohjaajat voivat kirjoittaa omia huomioitaan ja muistiinpanoja esim. eri toimintojen vetämisestä. Tämä kansio on rakennettu kirjaimellisesti kansion muotoon, jotta tähän on ohjaajilla jatkossa helppo lisätä materiaalia ja hyödyntää kansioita työssään työpajalla.

## 1. VUOROVAIKUTUSTAITOT

Vuorovaikutustaidot ovat tärkeässä osassa meidän jokapäiväisessä arjessa. Hyviä vuorovaikutustaitoja tarvitaan niin työssä, koulussa, parisuhteessa kuin missä tahansa normaalissa arjen toiminnoissa, joissa on mukana muita ihmisiä.

Tähän kansioon liittyvän opinnäytetyön raportointiosaan liittyen opinnäytetyön tekijä perehtyi vuorovaikutustaitojen teoriaan ja tässä teoriasta tiivistetysti:

Yksi tärkeä vuorovaikutustaitoihin liittyvä seikka on kommunikointi eli viestintä. Sen avulla ihmiset kykenevät ilmaisemaan omia tuntemuksiaan ja pyrkimyksiään. Toinen tärkeä asia on sosiaalisen kyvykkyyden kehittäminen. Siihen kuuluu laaja joukko sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyviä seikkoja, jotka ilmentyvät kykynä tulla toimeen ihmisten kanssa erilaisissa tilanteissa, kuten esim. kyetä toimimaan erilaisissa ryhmissä tai neuvottelu tilanteissa. Sosiaaliseen kyvykkyyteen kuuluu myös yhteistyökyky ja yhteistoimintakyky. Sosiaalista kyvykkyyttä voi tarvittaessa kehittää kokemuksen ja koulutuksen avulla. Kolmantena tärkeänä asiana on sosiaalisen havaitsemisen ja herkkyyden kehittäminen. Sosiaalista taitoa on havaita toisten tilanne tai asema sosiaalisessa tilanteessa. Sosiaalinen havaitseminen ja sanattoman viestinnän tulkitseminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa auttaa ymmärtämään toista. Neljäntenä tärkeänä mainintana vuorovaikutustaitoihin liittyen pidetään empatian kehittämistä. Empatia on toisen ymmärtämistä ja kykyä osallistua tunnetasolla toisen tilanteeseen. Tämä taito liittyy vahvasti

myös sosiaaliseen havaitsemisen taitoon ja on tärkeä osa myös hyviä vuorovaikutustaitoja.

Jos avataan tarkemmin vielä kommunikointia eli viestintää ja siihen liittyvää sanallisen vuorovaikutuksen merkitystä. Hyvä taito viestittää, mahdollistaa onnistumisen vuorovaikutustilanteissa ja hyvä vuorovaikutustaito edellyttää hyvää viestintätaitoa. Viestintä on perusta ihmisen vuorovaikutukselle. Viestintään liittyy myös erilaisia tasoja, sanallisen viestinnän taso ja tunteiden viestinnän taso sekä fyysisen viestinnän taso. Vuorovaikutus herättää aina erilaisia tunnetiloja ja tunnetilat voivat tarttua henkilöstä toiseen. Toiset voivat tarttua herkemmin tunteeseen kuin toiset. Vuorovaikutuksessa voidaan käyttää myös sanatonta viestintää, johon liittyvät mm. erilaiset eleet ja ilmeet.

Juuri näihin asioihin tämän kansion harjoitteissa on kiinnitetty huomiota. Alussa on lähdetty liikkeelle oman itsensä tuntemisesta, jossa ajatuksena on, että kun tunnet itsesi, kykenet laadukkaampaan vuorovaikutukseen ja sitä myötä pystyy kehittämään myös omia empatia taitoja, jotka ovat tärkeitä onnistuneissa vuorovaikutustilanteissa.

## 2. TOIMINNALLISET HARJOITTEET

### 2.1 Minäkuva

Harjoituksen tavoite:

Harjoituksen tavoitteena on saada osallistujat miettimään omaa itseään, kuka on ja miksi on sellainen kuin on ja oppia osallistujia tunnistamaan itsessään hyviä puolia.

Tarvikkeet:

- ❖ 5kpl pahvisydämiä/osallistuja. ( Malli, kansion lopussa olevassa tarviketaskussa)
- ❖ 1 iso paperi/osallistuja
- ❖ Erivärisiä/tyylisiä kyniä
- ❖ Liimapuikko(ja)

Toiminnan kulku:

Virittäydytään aiheeseen keskustelemalla. Mitä itse kullekin tulee mieleen aiheesta minäkuva tai itsetuntemus ja miten kukanenkin ymmärtää sen liittyvän vuorovaikutustaitoihin.

Keskustelussa voidaan lähteä liikkeelle kysymyksillä;

Kuka minä olen?

Miksi minä olen tällainen?

Millainen on identiteettini tai itsetuntoni?

Pohditaan, kuinka tärkeää on tuntea itse itsensä, jotta osaa ilmaista toiveensa, tahtonsa tai mielipiteensä toiselle/toisille ihmisille vuorovaikutustilanteessa.

Pohjustuksen jälkeen jaetaan jokaiselle osallistujalle 1 iso paperi ja 5 pahvisydäntä ja jokainen saa valita itselleen mieleisensä kynän. Myös paperit voivat olla erivärisiä, jotta jokainen saa oman näköisensä.

Kun kaikilla on tarvittavat välineet, ohjeistetaan osallistujia piirtämään koko paperin koko hyödyntäen omankuvansa siten, kuten kukanenkin itsensä näkee. Painotetaan, ettei tarvitse olla hienoja luomuksia, kun kuitenkin tulee sanomista, etten minä osaa piirtää. Samalla kannustetaan osallistujia pohtimaan sitä, millaisia he todella ovat.

Kun jokainen on saanut kuvansa valmiiksi, kirjoittaa jokainen paperin yläkulmaan kysymyksen "kuka minä olen". Seuraavaksi osallistujia pyydetään miettimään 5 asiaa, kuka, mikä tai millainen hän on ja kirjoittaa ne pöydällä oleviin sydämiin. Kun kaikki 5 asiaa on kirjattu, liimataan sydämet paperille haluamaansa kohtaan. Seuraavaksi pohditaan 5 asiaa, jossa on mielestään hyvä. Osallistujat kirjoittavat paperiin haluamaansa kohtaan "olen hyvä:" ja sen alle ranskalaisilla viivoilla missä on mielestään hyvä. Lopuksi jokainen sai vielä joko kirjoittaa tai piirtää itselleen tärkeän asian paperiin.

Tämän jälkeen jokainen esittelee oman "kuka minä olen" - teoksensa muulle porukalle ja keskustellaan miltä tuntui pohtia omaa itseään ja kuulla, mitä toiset ovat pohtineet itsestään ja jos porukka on entuudestaan tuttu toisille, voidaan keskustella, tunnistaako toisesta ne piirteet, joita esittelyssä nousi esille. Jos taas porukka on entuudestaan toisillensa tuntematon, voidaan keskustelu syventää siihen suuntaan, jotta opitaan tuntemaan toisia

paremmin. Voidaan tehdä tarkentavia kysymyksiä jos joku kertoo esim. että on hyvä leipomaan. "Ai, leivotko suolaisia vai makeita leivoksia, pidätkö myös ruoan laittamisesta" yms.

Keskustelun jälkeen laitetaan työt esille ja ihaillaan niitä. Siivotaan tavarat yhdessä paikalleen ja kiitetään osallistumisesta sekä kehuaan osallistujia osallistumisesta toimintaan ja keskusteluun, annetaan palautetta osallistujille heidän toiminnastaan. Oliko osallistuminen aktiivista, voisiko seuraavalla kerralla osallistua aktiivisemmin. Rohkaistaan heitä toimintaan.

## 2.2 Arvot

Harjoituksen tavoite:

Harjoituksen tavoitteena on laajentaa omakuvaan liittyvää itsetuntemusta omien arvojen tunnistamiseen ja sitä kautta vahvistaa omaa itsetuntemusta.

Tarvikkeet:

- ❖ Tarina jossa arvoihin liittyviä asioita. ( Tarina liitteenä kansion lopussa olevassa tarviketaskussa.)
- ❖ Nippu erilaisia arvoja. (Lista arvoista löytyy kansion lopussa olevasta tarvikepussukasta. Listasta voi ottaa kopion, leikata arvot ja liimata pahville yksittäisiksi korteiksi)

Toiminnan kulku:

Virittäydytään aiheeseen keskustelemalla. Tämäkin harjoitus liittyy minäkuvaan ja itsetuntoon, nyt omiin arvoihin ja päätöksentekoon liittyen. Jutellaan arvoista, mitä ne ovat ja kuinka ne vaikuttavat päätöksen tekoon.

Pohjana keskustelulle voi osallistujille lukea vaikka seuraavan opinnäytetyötä varten hankitun tiedon arvoista. Arvot ovat uskomuksia ja käsityksiä arvokkaista, hyvinä ja tärkeinä pidetyistä asioista ja ne ovat keskeinen osa minäkuva. Tietoisuutta ja ymmärrystä omista arvoista tarvitaan, koska ne helpottavat suuntaamaan kohti omannäköistä elämää. Kun tietää, mikä on itselle tärkeää ja mitä arvostaa, on helpompi suunnistaa elämässä eteenpäin ja tavoitella itselle mielekästä päämäärää. Arvot tulevat usein konkreettisiksi vasta toiminnassa mutta kaikkia arvoja ei välttämättä aina toteuteta. Esim. jos omat arvot ja toiminta ovat ristiriidassa keskenään, se voi aiheuttaa vaikeuksia omalle toimimiselle. Ja jos omat arvot ovat osittain tai kokonaan

tiedostamattomia, niitä on hankalampi toteuttaa ja oma toiminta voi olla helpommin niiden kanssa ristiriidassa, siksi arvojen pohtiminen ja niiden tunnistaminen tärkeää. Silloin ei pääse syntymään ristiriitatilanteita ja oman itsensä ja arvojensa tunteminen mahdollistaa hyvinvoinnin ja kirkastaa elämän suuntaa. Arvot liittyvät vuorovaikutustaitoihin ja omiin valintoihin myös siksi, että ne ovat yhteisöllisiä, eli että samat arvot yhdistävät samanhenkisiä ihmisiä keskenään. Yhteiset arvolähtökohdat tekevät vuorovaikutuksesta helpompaa ja elämästä sujuvampaa.

Keskustelun jälkeen ohjaaja lukee osallistujille tarinaa jossa on hyvin erilaisia arvoihin liittyviä ristiriitoja. Ohjaaja pysäyttää tarinan välillä ja herättelee keskustelua siitä, huomasivatko osallistujat tarinassa jotain heidän arvomaailmaan sopimatonta. Tarinan lukemisen ja siitä nousseiden seikkojen purkamisen jälkeen jokainen saa valita valmiiksi kirjoitetuista arvoista 10 itselleen tärkeintä ja sen jälkeen jutellaan, miksi kukaanenkin valitsi juuri ne arvot. Sitten jokainen poistaa itseltään 3 arvoa ja perustelee, miksi poisti juuri ne. Tämän jälkeen osallistujat poistavat vuorollaan vierustoverilta 3 arvoa ja kaverin tulee perustella miksi niitä ei saisi poistaa. Jos poistaja katsoo perustelujen olevan riittävän hyvät, arvot palautuivat takaisin.

Lopuksi tiivistetään arvojen vaikutus vuorovaikutustaitoihin keskustelemalla ja käydään läpi mitä arvoja itse kullakin on ja löytyykö samoja arvoja. Jokainen voi liittää omat arvonsa edellisellä kerralla tehtyyn "kuka minä olen" -teokseensa.

Tämänkin harjoitteen jälkeen siivotaan yhdessä paikat ja kiitetään osallistujia ja muistetaan palaute.



## 2.3 Tunteiden nimeäminen

Toiminnan tavoitteet:

Toiminnan tavoitteena on oppia tunnistamaan ja nimeämään eri tunteita.

Tarvikkeet:

- ❖ Tarina tunteista. ( Liitteenä kansion lopussa olevassa tarviketaskussa)
- ❖ 1 kynä/osallistuja
- ❖ Erivärisiä pahveja
- ❖ 6 isoa valkoista pahvia
- ❖ Liimaa
- ❖ Paksu musta tussi
- ❖ Kuvia erilaisista tunteista (Liitteenä kansion lopussa olevassa tarvikepussukassa. Itse voi tehdä lisää tai erilaisia)

Toiminnan kulku:

Virittäytyään aiheeseen keskustelemalla tunteista, mikä merkitys niillä on vuorovaikutustilanteissa ja miltä erilaiset tunteet näyttävät.

Keskustelun pohjana voi käyttää seuraava tekstiä, joka pohjautuu opinnäytetyön tekijän työtä varten hankkimaan materiaaliin.

Tunteet ohjaavat toimintaamme ja ovat mukana lähes kaikessa mitä teemme. Tunteiden tunnistaminen liittyy itsetuntemukseen ja elämänhallinnan tunteeseen. Ihminen voi tuntea satoja erilaisia tunteita ja tunnevivahteita, ja aina niiden tunnistaminen ei ole helppoa. Jokaisen on hyvä miettiä, miten

tunteitaan tunnistaa, ilmaisee ja ottaa haltuun. Tunteita tarvitaan uusien ihmissuhteiden luomiseen ja vanhojen ja tärkeiden ihmissuhteiden ylläpitämiseen. Tunteet ovat mukana, kun teemme päätöksiä ja ratkaisemme ongelmia. Itseään ja omaa toimintaansa voi ymmärtää paremmin, jos omia tunteitaan osaa ja uskaltaa kuunnella tarkemmin. Omien tunteiden tunnistamisen kautta on helpompi ymmärtää myös toisia ja heidän tunteitaan.

Tunteet ovat spontaaneja reaktioita johonkin ulkoiseen tai sisäiseen ärsykeeseen. Tunteet eivät ole oikeita tai vääriä. Kaikki tunteet ovat aitoja, oikeita ja sallittuja. Ne ovat tärkeitä viestejä.

Perustunteiksi määritellään usein ilo, suru, viha, pelko, rakkaus, inho, hämmästyminen ja häpeä. Tunteet voivat saada elimistössä aikaan fysiologisia muutoksia:

- sydämen lyöntitiheyden ja verenpaineen kasvua
- hikoilua
- punastumista
- vapinaa
- huonovointisuutta.

Tunteet vaikuttavat mielialaan, toimintavireyteen ja kanssakäymiseen toisten ihmisten kanssa. Ne näkyvät eleissä, ilmeissä ja käyttäytymisessä. Tunteet voidaan kokea ja jaotella myönteisiksi tai kielteiseksi. Myönteiset tunteet kuten ilo, rakkaus, innostus ja hyväksyntä luovat aloitteellisuutta ja vapauttavat energiaa:

- Sosiaalisia suhteita on helpompi solmia.
- Kanssaihmissä on helpompi auttaa.
- Uskallus uuden kokeilemiseen kasvaa.
- Luovuus lisääntyy.

Myönteisten tunteiden vallassa toiminta on sujuvaa ja helppoa. Ihminen on ikään kuin välittömässä toiminnallisessa vuorovaikutuksessa maailmaan.

Vaikeita tunteita ovat esimerkiksi viha, inho, häpeä, pelko, tuska, epäonnistumisen tunne ja tunne siitä, että on tullut väärin ymmärretyksi. Ne ovat tärkeitä tunteita ja viestittävät ristiriidasta vallitsevan tilanteen ja hyvinvoinnin kannalta tärkeän tarpeen tai päämäärän välillä.

Vaikeat tunteet:

- auttavat tunnistamaan muutoksen
- suojelevat vaaralta
- luovat valmiuksia keskeyttää epätyydyttävä toiminta ja organisoida se uudelleen.

Esimerkiksi viha luo valmiuksia poistaa jokin este ja pelko luo valmiuksia vetäytyä tilanteesta. Surussa taas valmistaudutaan luopumaan tärkeistä tarpeista tai päämääristä.

Psyykkisen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että positiivisten tapahtumien vaikutusta voi pitkittää ja varastoida. Tällöin myönteisten tunteiden aikaansaama kokemus toiminnan sujumisesta ja uusia kontakteja luova olotila maksimoituvat. Vastaavasti on hyödyllistä kokea kielteinen tunne oikeassa tilanteessa. Esimerkiksi suuttuminen silloin, kun omia rajoja loukataan, tarjoaa pontta puolustautua uskottavasti ja viestittää siitä myös ympäristölle.

Tunteisiin liittyy myös jonkinlainen liikkeelle paneva tai pakottava tekijä. Sen vallassa saattaa tehdä asioita, joita myöhemmin katuu. Esimerkiksi silloin kun pelkää, haluaa välttää pelon kohdetta, kunnes se on välittömässä läheisyydessä tai tietoisuudessa. Samoin vihassa tai suuttumuksessa ilmenee halu hallintaan niin kauan, kunnes tietty este on poistettu.

Keskustelun jälkeen jokaiselle osallistujalle annetaan luettavaksi tarina, jossa on erilaisia tunteisiin vaikuttavia tilanteita. Osallistujat saavat kirjata havaitsemansa tunteen paperin kääntöpuolelle tai vaihtoehtoisesti erilliselle paperille. Tämän jälkeen keskustellaan, millaisia tunteita kenelläkin henkilöllä tarinassa mahdollisesti on missäkin vaiheessa ollut ja mitä tunteita tarina herättää osallistujissa.

Seuraavaksi näytetään osallistujille erilaisia kuvia tunteista ja osallistujat saavat nimetä mitä tunteita niissä ilmenee. Osallistujat saavat valita jokaiselle kuudelle eri tunteelle, joita kuvissa ilmenee, värin, joka heidän mielestään sopii tunteen kuvaukseen. Tunteet ovat; ilo, onni, suru, häpeä, viha ja pelko. Näistä jokaisesta eri tunteesta tehdään oma tunne taulu. Eli yhteen isoon valkoiseen paperiin/pahviin kirjoitetaan yläreunaan tunteen nimi ja väri paperi liimataan siihen keskelle. Kyseistä tunnetta kuvaavat kuvat liimataan väripaperiin. Työtä tehdään ryhmässä. Lopuksi taulut laitetaan esille ja keskustellaan, miltä tuntui tunnistaa tunteita kuvista. Oliko se vaikeaa vai helppoa, oliko joku tunne helpompi tai vaikeampi tunnistaa kuin toinen?

Keskustelun jälkeen siivotaan, kiitetään ja annetaan palautetta.

## 2.4 Tunteiden näyttäminen

Tavoite toiminnalle:

Toiminnan tavoitteena on oppia ja rohkaistua näyttämään erilaisia tunteita.

Tarvikkeet:

- ❖ Eri tunteita nimettynä lapulla x2. ( Kansion lopussa olevassa tarviketaskussa kopio sanoista, joista voi ottaa kopion, leikata ja liimata pahville muodostaen näin sanoista "pelikortit".)
- ❖ Helmiä
- ❖ Narua johon helmiä voi pujottaa.

Toiminnan kulku:

Virittäydytään aiheeseen keskustelemalla. Syvennetään aihetta tunteiden nimeämisestä tunteiden näyttämiseen, mikä merkitys tunteiden näyttämisellä on vuorovaikutustaidoissa. Onko tunteita helppo näyttää? Onko joku toinen tunne helpompi tai vaikeampi näyttää kuin joku toinen? Miltä eri tunteet tuntuvat omassa kehossa? Keskustelun pohjana voi käyttää tunteiden nimeämis- osion tekstiä. Lisäksi virittäytymisessä voi käydä läpi tunteiden nimeämis- taulut ja koettaa ottaa jokaisesta taulusta tunnetta kuvaava tunne itselle ja näyttää se toisille. Esim. kuinka näyttää ilo tai viha.

Keskustelun jälkeen harjoitellaan tunteiden näyttämistä pantomiimi esityksen tyylillä. Jokaiselle osallistujalle annetaan nippu tunne kortteja. Osallistujien eteen pöydälle levitetään teksti puoli ylöspäin vastaavanlaiset kortit. Jokainen pelaaja saa vuorollaan esittää omasta tunnekortti nipustaan tunteen ilman sanoja, eli koittaa eleitä ja ilmeitä hyväksikäyttäen näyttää toisille kyseisen tunteet. Toiset arvailevat. Apuna on pöydällä olevat kortit.

Kun joku arvaa tunteen oikein, niin arvaaja kuin esittäjä saavat itselleen helmen. Arvattu tunne, niin pöydältä kuin pelaajalta laitetaan syrjään. Peliä voi sopia että pelaa niin kauan kun kaikki kortit on käytetty tai että jokainen on saanut esittää esim. 10 eri tunnetta. Kun peli päättyy, lasketaan helmet ja huomataan, kuinka hyvin kukanenkin osasi tunteet näyttää ja tunnistaa.

Lopuksi keskustellaan vielä miltä harjoitus tuntui ja oliko tunnetta vaikea vai helppo näyttää. Siivotaan, kehutaan ja annetaan palautetta.

Kotitehtäväksi osallistujille voi antaa seurata omia tunteitaan esim. seuraavaan kokoontumiseen saakka, tai viikon ajan, riippuen ryhmän aikataulusta. Kansion takana olevassa tarvikepussukassa on fiilis taulukko, josta voi ottaa kopion jokaiselle osallistujalle ja ohjeistaa heitä merkkeamaan rastilla oman sen hetkisen fiiliksensä hymynaamataulukoon kolme kertaa päivässä, aamu, päivä, ilta. Taulukot voi käydä yhdessä läpi sovittuna päivänä.

Ajatuksena, että osallistujat miettivät omia tunteitaan myös vapaa-ajalla ja oppivat tiedostamaan eri tunteiden ja tuntemusten merkityksen omassa elämässään.

## 2.5 Kommunikointi

Tavoite toiminnalle:

Toiminnan tavoitteena on rohkaistua käyttämään monipuolisia vuorovaikutuksellisia taitoja ja osallistua vuorovaikutustilanteisiin rohkeasti.

Tarvikkeet:

- ❖ Alias sanaselityspelin pelikortit tai vaihtoehtoisesti itse tehdyt kortit, jossa erilaisia sanoja. ( Kansion lopussa olevassa tarviketaskussa kopio erilaisia sanoja, joista voi ottaa kopin, leikata ja liimata pahville, muodostaen näin pelikortit.)
- ❖ Tiimalasi tai muu ajan otto väline.
- ❖ Fläppitaulu, tussitaulu tai iso paperi
- ❖ Tussi/tusseja

Toiminnan kulku:

Virittäytytään aiheeseen keskustelemalla mikä merkitys kommunikoinnilla/viestimisellä on vuorovaikutustaidoissa. Voidaan miettiä, onko toisten kanssa kommunikointi helppoa, onnistuuko se toisen kanssa paremmin, miten ryhmässä. Keskustelun pohjana voi käyttää seuraava tekstiä joka on tiivistelmää opinnäytetyön kirjallisesta osiosta.

Puhe on ihmisen tyypillinen kommunikointikeino. Ihmiset kommunikoivat yleensä puheella. Puheen lisäksi käytetään usein myös ei-sanallista viestintää.

Esimerkiksi eleet, ilmeet, kehon asento, toiminta, osoittaminen ja katseen kohdistaminen ovat kaikki ei-sanallista viestintää. Kommunikointiin tarvitaan

aina vähintään kaksi ihmistä. Kommunikoinnin onnistuminen riippuu molemmista osapuolista, kuinka aktiivisesti toinen kuuntelee ja kuinka selkeästi tai yksityiskohtaisesti toinen puhuu. Hyvän kommunikoinnin mahdollistaa itsetuntemus, omien arvojen ja tunteiden tunnistaminen sekä rohkeus ja halu ilmaista itseään.

Keskustelun jälkeen jatketaan harjoituksella, jonka tarkoituksena on herätellä ajatuksia siitä, kuinka tärkeää sanavalinnat ja selkeä puhetyyli on ja miten eleet ja ilmeet vaikuttavat kommunikointiin.

Eli jokainen osallistuja saa nipun kortteja, jossa on erilaisia sanoja. Osallistujat valitsevat itsellensä parin. Toinen pareista alkaa selittää toiselle kortissa olevaa sanaa mutta itse sanaa ei saa sanoa. Toinen yrittää arvata mistä on kyse. Sovitun ajan sisällä saa selittää niin monta sanaa kuin haluaa. Edeetään pari kerrallaan, eli kun yksi pari selittää, niin toiset kuuntelevat ja he voivat tehdä havaintoja kommunikoinnista. Ensimmäisellä kierroksella sanat selitetään ilman eleitä ja ilmeitä. Toisella kierroksella sanallisen viestinnän lisäksi mukaan otetaan eleet. Kolmannella kierroksella selityksessä saa olla sanojen lisäksi niin eleitä kuin ilmeitäkin.

Kun kaikki parit ovat saaneet puhua ja kuunnella jokaisella tyyllillä, keskustellaan, miltä tuntui selittää sanoja ja mikä vaikutus eleillä ja ilmeillä oli.

Lopuksi otetaan vielä harjoitus, jossa pidetään edelleen parit. Jokainen saa kertoa parillensa jostakin yhteisesti sovitusta aiheesta, esim. kesälomasta, harrastuksestaan yms. Kaikki parit saavat puhua yhtä aikaa. Kun toinen puhuu, niin toinen vain kuuntelee. Kun kaikista pareista puhujat ovat puhuneet, kuuntelijan roolissa ollut kertoo toisille sen, mitä oli juuri pariltansa kuullut.



Kun kaikki parit on käyty läpi, vuorot vaihtuvat. Tällä kertaa kuuntelijan roolissa oleva saa kuitenkin tehdä tarkentavia kysymyksiä. Aihe pysyy samana. Ja kun kaikki ovat puhuneet, kuuntelijan roolissa oleva kertoo taas kaikille mitä oli juuri kuullut.

Kolmantena harjoituksena pysytään edelleen pareittain ja kerrotaan toiselle jostakin yhteisesti sovitusta aiheesta, esim. omasta kodista tai unelmakodistaan. Samalla tavalla toinen kertoo ja toinen kuuntelee, kuuntelija voi tehdä tarkentavia kysymyksiä. Kun kaikki puhujat ovat puhuneet, kuuntelija kertoo jälleen toisille, mitä oli juuri kuullut mutta saa käyttää raportoinnissaan apuna piirtämistä. Eli kuuntelijan roolissa ollut kertoo toisille, esim. millainen kertojan koti on ja mitä siellä on ja havainnollistaa kertomustaan samalla piirtämällä. Kun kaikki kuulijat ovat puhuneet, tehdään sama toisin päin.

Lopuksi jutellaan ja tiivistetään ajatukset, miltä harjoitukset tuntuivat, mikä merkitys oli eleillä ja ilmeillä, pelkällä kuuntelulla ja kertomuksen havainnollistaminen piirtämällä.

Viimeiseksi siivous, kiitokset ja kehut.

## 2.6 Palautteen antaminen ja vastaanottaminen

Tavoite toiminnalle:

Rohkaistua antamaan palautetta ja ottamaan erilaista palautetta rakentavasti vastaan.

Tarvikkeet:

- ❖ Erivärisiä pahveja. (jokaiselle osallistujalle 1 A4 kokoinen ja 1 A4 puoliksi)
- ❖ nippu tavallista valkoista paperia A4 koossa
- ❖ Tarroja, erilaisia nauhoja, kuvia, kuvio paperia yms.
- ❖ Saksia
- ❖ Liimaa
- ❖ Kyniä

Toiminnan kulku:

Virittäydytään aiheeseen keskustelemalla palautteen antamisesta ja vastaanottamisesta sekä sen merkityksestä vuorovaikutustaitoihin. Mietitään, miltä palautteen antaminen ja vastaanottaminen tuntuu, onko sitä helppo antaa tai ottaa vastaan. Onko helpompi saada ja antaa palaute kirjallisessa vai suullisessa muodossa. Kuinka ottaa palaute vastaan tai antaa palaute rakentavasti.

Keskustelun pohjana voi käyttää seuraava opinnäytetyöstä tiivistettyä tekstiä:

Palautteen saamisen tärkeyden suhteessa uuden oppimiseen voi kiteyttää seuraavalla tavalla; Palaute + muutos = oppiminen. Näin yksinkertaista se on. Kun saat palautetta, älä selittele, vaan ota palaute vastaan ilolla, se mahdollistaa uuden oppimisen.

Palaute on muutoksen ja oppimisen olennainen osa. Herkästi voidaan ajatella, että myönteistä palautetta ei kannata antaa, koska se on ikään kuin itseltä pois tai palautteen saaja tulee vain entistä ylpeämmäksi. Kriittistä palautetakaan ei voi antaa, koska toinen suuttuu ja itselle tulee vain riidanhaastajan leima. Joku voi ajatella että "kukaan ei välitä siitä, miten tehtäväni teen, enhän ikinä saa mitään palautetta tekemistäni asioista". Jos koskaan kotona tai työyhteisössä ei saa palautetta, se saa herkästi ajattelemaankin, ettei ketään kiinnosta.

Kannattaa siis muistaa, että kun saa sitä ehkä kriittistä palautetta, kannattaa se ottaa vastaan seuraavalla tavalla:

1. Osoita, että kuuntelet. Lopeta muu toiminta ja keskity vain kuuntelemaan.
2. Katso henkilöä, joka puhuu. Jos et katso häntä, osoitat, ettet välitä hänestä ja hänen palautteestaan.
3. Älä etsi virheitä palautteen antajasta. "Miten hyvä luulet itse olevasi tässä?"
4. Älä masennu. "Itsehän valitsitte. En minä ole tähän tehtävään pyrkinyt."
5. Älä vääristele palautetta. "Kuka sinä olet minua nimittelemään laiskaksi?", kun toinen antoi palautetta siitä, että palautteen saaja on toistamiseen myöhässä yhteisesti sovituista palaverista.
6. Pysy asiassa. Osoita olevasi kiinnostunut saamastasi palautteesta. Voit kysyä asiasta vielä jotakin lisää.

7. Älä väitä palautetta vääräksi ja epäoikeudenmukaiseksi. "No tuo näyttää olevan vain sinun mielipiteesi, eikä kerro mitään siitä, mistä tässä asiassa on oikeasti kyse."

Tosiasiahan on, että ihminen ei voi, tai ainakin se on vaikeaa, muuttaa sitä, mitä hän ei tiedä tai ymmärrä. Positiivisen palautteen saaminenkin on erityisen tärkeää. Mitä enemmän saa myönteistä palautetta, sitä helpompi on suhtautua myös kritiikkiä. Moittimisella ja haukkumisellakin saadaan ehkä viesti perille ja jotain aikaan, mutta synnyttääkö se motivaatiota ja oppimista?

Palautteen puuttuessa henkilön motivaatio voi heiketä, mutta myös "väärin" annettu palaute laskee motivaatiota, eli palautteen antamistapaan on tärkeää kiinnittää huomiota. Siinä missä positiivinen palaute kertoo arvostuksesta, rakentava kritiikki auttaa kehittymään.

Keskustelun jälkeen jaetaan jokaiselle puolikas A4 kokoinen pahvi, jokainen saa valita värin joka kuvastaa itseään. Pahvin saa koristella itsensä näköiseksi, mutta keskialue täytyy jäädä tyhjäksi. Pahvin yläreunaan jokainen kirjoittaa oman nimensä. Kun pahvi on mielestään valmis, laitetaan se vielä syrjään odottamaan.

Sitten jokainen saa valita mieleisensä A4 kokoisen pahvin ja taittaa sen pituus suunnassa keskeltä kahtia, kuin kirja. Koristellaan pahvi oman näköiseksi "kannesta" ja halutessaan myös "taka-kannesta". Taitetaan sisälle tavallisesta valkoisesta paperista sivuja. Kanteen jokainen kirjoittaa oman nimensä. Tämän jälkeen otetaan ensimmäinen pienempi pahvi ja annetaan oma pahvi seuraavalle. Pahvia siis kierrätetään ringissä ja jokainen kirjoittaa jokaisen lappuun jotain hyvää lapun henkilöstä, joko yhdellä sanalla tai pitemmällä lauseella, mutta ei saa olla sama asia jonka joku toinen on jo lapussa mainin-

nut. Kun kaikki ovat kirjoittaneet kaikkien lappuun, ohjaaja kerää laput pois, sekoittaa ne ja jakaa summassa jokaiselle yhden lapun. Jos jollekin sattuu oma lappu, vaihdetaan. Tämän jälkeen jokainen antaa lapussa lukevalle henkilölle lapun takaisin mutta lukee ensin lapussa olevat asiat lapun omistajalle, aloittamalla "Nimi (esim. Maija), sinä olet" ja sitten lukemalla mitä lapussa lukee. Tämän jälkeen lapun saaja kertoo, tunnistiko itsensä palautteesta. Kun kaikki ovat saaneet lappunsa takaisin, keskustellaan, miltä tuntui kehua toista kirjallisesti, oliko se helppoa vai vaikeaa. Miltä tuntui kun toinen luki hyvät asiat ja miltä tuntui lukea toiselle hyviä asioita.

Tämän jälkeen palataan vihkoseen. Vihkon ideana on, että osallistujat keräävät itselleen palautetta omasta toiminnasta, esim. seuraavan viikon ajan. Jos ryhmä on sellainen, että se kokoontuu eri tekemisen merkeissä päivittäin, voi palautteen antaa ryhmän ohjaajat. Mutta jos ryhmä on sellainen, että se kokoontuu vain esim. kerran viikossa, niin palautetta voi pyytää puolisolta tai muulta kotiväeltä, koulun opettajalta tai joltakin muulta henkilöltä. Palautevihko siis annetaan esim. ryhmän ohjaajalle ja ohjaaja kirjoittaa siihen palautetta päivittäin seuraavan viikon ajan ja käy viikon kuluttua palautteet läpi ohjaajan kanssa. Myös osallistujat voivat antaa palautetta ohjaajille. Ohjaajat voivat tehdä myös omat palautevihkosensa. Tärkeintä on, että palautetta saa päivittäin. Ajatuksena olisi, että palautteen saaja saisi palautteet luettavakseen esim. viikon kuluttua ja silloin niistä tehtäisiin yhteenvetoa ja palautteen saaja voisi pohtia, millaista oppia palautteesta saa ja kuinka mahdollisesti muuttaa toimintaansa.

Lopuksi siivoukset, kiitokset ja kehut.

### 3. LINKKEJÄ MUIHIN TOIMINNALLISIIN HARJOITUKSIIN

Ryhmäyttämisosas

<http://www.mastohjaus.fi/pdf/Ryhmayttamisopas.pdf>

Osallistavan kasvatuksen päämääriä tukevia toiminnallisia menetelmiä ja harjoitteita.

<http://www.valtikka.fi/ohjaajille/menetelmapankki/menetelmia-ja-harjoitteita>

Erilaisia harjoituksia niin koulutustilanteiden aloitukseen kuin niiden lopettamiseen.

[http://www.verkkohaltuun.fi/vinkkeja\\_ja\\_valineita/kouluttajan\\_abc/toiminnallisia\\_harjoituksia](http://www.verkkohaltuun.fi/vinkkeja_ja_valineita/kouluttajan_abc/toiminnallisia_harjoituksia)

Ryhmätyöskentelyn menetelmäpaketti.

<http://www.hel.fi/static/nk/Klaari/Menetelmapaketti.pdf>

Toiminnallisia harjoituksia ryhmänohjaukseen.

[http://www.leipatiedotus.fi/files/1068/1455-Jarkip\\_manuaali\\_osa5.pdf](http://www.leipatiedotus.fi/files/1068/1455-Jarkip_manuaali_osa5.pdf)

Tunnetaitojen harjoittelua

[http://www.edu.fi/tunteesta\\_tunteeseen/tunnetaitoja\\_oppii\\_harjoitteleamalla](http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunnetaitoja_oppii_harjoitteleamalla)

Lisää linkkejä ja vinkkejä löytyy netistä mm. hakusanalla toiminnalliset harjoitteet.

#### 4. MUISTIINPANOT

[illegible]

### Maijan tarina (Tunteiden -nimeämis- harjoitukseen)

Maija oli 20 - vuotias nuori nainen. Hän asui pienessä vuokrayksiossä yksin. Hänellä ei ollut ystäviä ja sukulaisetkin asuivat kaukana. Hän muutti 2 vuotta sitten toiselle paikka-kunnalle, tullessaan opiskelemaan. Hän ei tuntenut kaupungista ketään, mutta koska siellä oli mieluisa koulu, hän päätti hakea ja pääsikin opiskelemaan.

Maijalla oli aluksi vaikea sopeutua elämään yksin ja asua oudossa paikassa, josta ei tuntenut ketään, eikä hän tuntenut kaupunkiaakaan. Hän kuitenkin piti kovasti opiskelusta ja teki kovasti töitä sen eteen, että tutustuisi kaupunkiin ja saisi uusia ystäviä.

Maijan menneisyys vaikutti kuitenkin ystävyys suhteiden luomiseen. Hän ei uskaltanut päästää ketään lähelleen, sillä hän ajatteli, että satuttaisi heitä jollakin tavalla. Tällainen ajatus juontui hänen lapsuudestaan.

Maijalla oli ollut ihana ja rakastava koti lapsena, kunnes isä loukkaantui ja vammautui vakavasti auto-onnettomuudessa. Samassa onnettomuudessa kuoli perheen nuorin lapsi, joka oli tuolloin vasta, 2 -vuotias. Isä oli ollut hyvässä työssä ja perheen toimeentulo oli turvattua, äiti oli matalapalkkaisemmassa työssä.

Isän vammauduttua perheen tulot pienenivät ja perhe joutui myymään heidän itse rakentamansa unelmatalon ja he muuttivat pieneen vuokra-asuntoon. Äiti masentui ja alkoi käyttää päihkeitä. Maija oli tuolloin 9 - vuotias ja hän otti vastuun kahdesta pienemmästä sisaruksestaan.



Isä joutui asumaan palveluasuntoon Maijan ollessa 11- vuotias. Hän ei pystynyt auttamaan isää ja äiti ei siihen kyennyt, johtuen masennuksesta ja päihteiden käytöstä. Isän muutettua pois kotoa, lapset jäivät täysin äidin vastuulle. Äidin luona kulki monenlaista vierasta ja lapset kuulivat iltaisin riitelystä ja usein tavaroita heiteltiin. Äiti saattoi olla joskus jopa yön poissa kotoa.

Maija ja pienemmät sisarukset otettiin lopulta huostaan. He asuivat hetken aikaa lastenkodissa josta he pääsivät erääseen perheeseen asumaan. Maijalla oli vaikeuksia sopeutua uuteen perheeseen, jossa oli rajat ja säännöllinen elämän rytmi. Hän kapinoi ja teki monenlaisia tyhmyyksiä, pienemmät sisaretkin alkoivat pelätä Maijaa.

Samoihin aikoihin heidän äitinsä kuoli. Myös isän kunto romahti ja hän kuoli puolivuotta äidin kuoleman jälkeen. Nämä olivat isoja asioita Maijalle.

Yhdeksännellä luokalla Maija alkoi kuitenkin rauhoittua ja hän alkoi lopulta sopeutua perheeseen. Koulu alkoi maistua ja luottamus palasi myös pienempien sisarusten välillä. Yläasteen jälkeen Maija meni lukioon ja valmistui ylioppilaaksi.

Kaikki nämä lapsuudessa ja nuoruudessa koetut asiat vaikuttivat kuitenkin Maijaan, hänen muutettuaan pois sijaisperheensä luota. Hän ajatteli, että jos päästää ihmiset liian lähelle itseään, heille sattuu jotain.

Eräänä päivänä Maija tutustui koulussa Tiinaan. He alkoivat jutella ja huomasivat että heillä oli paljon samankaltaisia ajatuksia elämästä ja maailman menosta. Tiinan taustat olivat aivan erilaiset kuin Maijan mutta sillä ei ollut mitään väliä. Heistä tuli hyvät ystävät ja Maija alkoi pikkuhiljaa luottaa taas

itseensä ja siihen, että voi päästää ihmisiä lähelleen. Hän vietti Tiinan kanssa paljon aikaa niin koulussa kuin koulun ulkopuolellakin ja he tekivät monenlaisia asioita yhdessä. Maija tutustui myös Tiinan muihin kavereihin ja kaikki ottivat Maijan mielellään mukaan porukkaan. Maija tutustui Tiinan kautta myös Mattiin. Puoli vuotta tutustumisen jälkeen, Maija muutti Matin luokse asumaan. Maijan elämä oli muuttunut hyvään suuntaan.

### Väinön tarina (Arvoihin liittyvään harjoitukseen)

Kerronpa teille tarinan Väinöstä. Väinö oli 25 - vuotias miehen alku, joka asui 85 - vuotiaan mummonsa kansa. Väinö nukkui yleensä päivät ja valvoi yöt. Mummo pesi hänen pyykkinsä ja laittoi hänelle ruokaa. Väinö valitti mummolensa usein siitä, että mummo laittoi kamalan paha ruokaa ja vaati mummoa joko antamaan hänelle rahaa että voi käydä grillillä syömässä tai vaati mummoa hakemaan hänelle grilliltä ruuan kotiin. Mummolla ei ollut ajokorttia, vaan hän matkusti taksilla n.10 km mittaisen matkan keskustaan. Väinöllä oli itsellään ajokortti, ja pappa oli vielä eläessään ostanut Väinölle auton. Mummo maksoi auton käyttökulut.

Väinön vanhemmat olivat kuolleet n kolme vuotta sitten. Väinö peri vanhempansa yksin, koska oli ainut lapsi. Hän möi perintönä saamansa kotitalon ja sai siitä hyvin rahaa. Hän ajatteli, ettei hänen tarvinnut opiskella ammattia tai mennä töihin, koska hänellähän oli rahaa, niin mihin hän tarvitsisi ammatia tai työpaikkaa. Mummon luona voi asua, hän tiskaa, pyykkää ja laittaa ruuan sekä huolehtii muutenkin kaikesta. Hänen tarvitsee vain olla.

Eräänä päivänä Väinö oli kyllästynyt mummonsa kaksi viikkoa sitten viimeisillä rahoillaan ostamaansa uuteen, uusinta mallistoa olevaan televisioonsa. Väinö otti TV:n syliinsä, kantoi sen papan ostamaan bemariin ja ajoi syrjäiselle metsätielle, heitti television sinne ja kaasutti tiehensä. Mummoa hän vaati ostamaan uuden isomman television. Mummolla ei ollut rahaa, mutta koska Väinö näin toivoi, hän tilasi taksin ja kävi ostamassa Väinölle uuden TV:n osamaksulla.

Seuraavana päivänä mummo pyysi, josko Väinö lähtisi käyttämään mummoa hänen poikansa, miniänsä ja miehensä, eli Väinön isän, äidin ja papan haudalla. Väinö sanoi että auto on rikki, vaikka todellisuudessa autossa ei ollut mitään vikaa, Väinöä ei vain huvittanut lähteä. Hän valehteli mummolle auton olevan rikki. Mummo uskoi ja kävi taksilla haudalla.

Eräänä päivänä mummolla oli heti aamusta huono olo ja hän yritti soittaa alakerran huoneestaan Väinölle, jonka huone oli yläkerrassa. Väinö oli juuri mennyt nukkumaan, kello 8.30 aamulla. Väinö näki, että mummo koettaa soittaa, mutta ei vastannut. Häntä ei kiinnostanut, eikä hän jaksanut. Illalla kun hän heräsi, hän ihmetteli, kun mummoa ei näkynyt. Hän ajatteli, että mummo on mennyt nukkumaan, eikä reagoinut siihen sen kummemmin.

Hän kuunteli yön musiikkia, isolla tietysti niin kuin yleensä ja pelasi tietokone pelejä, saattoipa joku olutkin mennä. Aamulla hän meni taas nukkumaan. Illalla herätessään, hän meni alakertaan ja huhuili mummoa, että mitä ruokaa ja onko sauna lämmitetty. Mummoa ei näkynyt, eikä kuulunut, valmista ruokaa ei ollut eikä saunakaan ollut lämmin. Väinö oli menossa hakemaan mummoa tämän huoneesta, jotta tämä tulee laittamaan Väinölle ruuan ja lämmittämään saunan. Mutta mummo olikin kuollut. Mummo oli saanut sydänkohtauksen. Väinö ei tiennyt mitä hänen pitäisi tehdä. Hän soitti tädillensä, äitinsä siskolle, joka asui vähän matkan päässä. Täti tuli välittömästi paikalle ja hoiti tilanteen.

Väinö jäi yksin mummon taloon asumaan. Laskut jäivät maksamatta, talo siivoamatta, pihatyöt tekemättä. Täti yritti auttaa ja ohjata Väinöä asioiden hoidossa, mutta tämä vain tuhahteli ja tuumasi, "ei kiinnosta". Väinö ehti asua 2 vuotta yksin mummon kuoleman jälkeen, tädin avustuksella. Lopulta

täti sairastui vakavasti, eikä enää pystynyt olemaan Väinön tukena. Väinö soitteli tädilleen että tulla tekemään sitä ja tätä ja tuota, eikä uskonut kun täti kertoi, ettei enää pysty auttamaan.

Puolen vuoden kuluttua täti kuoli. Väinö jäi yksin. Perintörahat alkoivat olla lopussa, laskut erääntyneet aikaa sitten ja mummon talo oli rähjäisessä kunnossa. Väinölle oli joku vinkannut, että voisi käydä sosiaalityöntekijän juttusilla. Väinö varasi ajan, mutta ei muistanut mennä sinne. Sosiaalityöntekijä kuitenkin soitti Väinölle ja he sopivat uuden ajan, jonne Väinö meni. Aluksi Väinö vähätteli ongelmiaan ja suorastaan valehteli, mutta lopulta kertoi koko tarinansa, rehellisesti ja Väinön elämä alkoi järjestyä.

Tunne sanat (Tunteiden näyttämisen harjoitukseen)

AHDISTUNUT

ALAKULOINEN

ARKA

AVUTON

EPÄTOIVOINEN

EPÄVARMA

HAAVEILIJÄ

HELPOTTUNUT

HERMOSTUNUT

HUOLESTUNUT

HUVITTUNUT

HYVÄKSYTTY

HYLÄTYKSI TULEMISEN TUNNE

HYVÄNTUULINEN HÄMMENTYNYT

HÄPEISSÄÄN

HÄTÄÄNTYNYT

IHMEISSÄÄN

IKÄVÄSTYNYT

ILOINEN      INHO      INNOSTUNUT

IVALLINEN      JÄNNITTYNYT

JÄRKYTTYNYT      KATEELLINEN

KATKERA      KATUVA

KAUHUISSAAN      KIIHTYNYT

KIINNOSTUNUT      KIINTYNYT

KIITOLLINEN      KOSTONHALUINEN

KUNNIOITTAVA      KYLLÄSTYNYT

LEVOTON      LOUKKAANTUNUT

LUOTTAMUS      MASENTUNUT

OIKEUDENMUKAISUUS

EPÄOIKEUDENMUKAISUUS

ONNELLINEN

PELKO PETTYMYS PITKÄSTYNYT

RAKKAUS RAUHALLINEN

RENTOUTUNUT RIEMU

RIITTÄMÄTTÖMYYS ROHKEUS

SISUKKUUS, SINNIKKYYS

STRESSAANTUNEISUUS

SURU SUUTTUMUS SYÝLLISYYS

SÄIKÄHDYS SÄÄLI TOIVEIKKUUS

TOIVOTTOMUUS

TURHAUTUNEISUUS

TURVALLISUUS TURVATTOMUUS



TYYYTYMÄTTÖMYYS

TYYYTYVÄISYYS UJOUS UTELIAISUUS

UUPUMUS VAIVAANTUNUT VAPAAUS

VARMUUS

VASTUUNTUNTO VELVOLLISUUDEN

TUNNE VIHÄ VOITONRIEMU

VÄSYNYT VÄLINPITÄMÄTTÖMYYS

YKSINÄISYYS YLPEYS

YSTÄVÄLLISYYS ÄRTYNEISYYS

Viha kuvia (Tunteiden tunnistamis - harjoitukseen)





Pelko kuvia





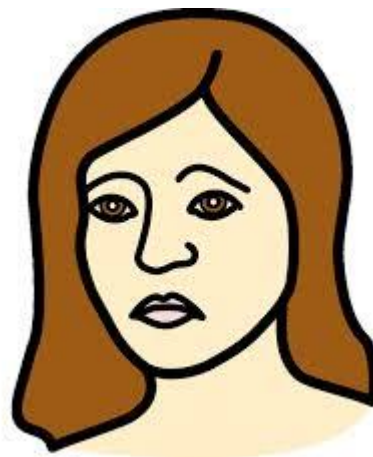
## Onnellisuus kuvia







## Surullisia kuvia







## Iloisia kuvia





Sanoja kommunikointi harjoitukseen

PÄÄNAHKA LÄÄKE UUNI

PAAHTOLEIPÄ

LINTULAUTA KUMMISETÄ

KYYHKYNEN

BÄNDI MUTTERI AURINKO-  
VOIDE

KRUUNU HAMMASTAHNA PUMPULI  
SETELI VARPAANKYNSI SITRUU-  
NA

HUNAJA JÄÄPUIKKO PALKINTO  
SEEPRA

JONGLÖÖRI REIKÄLEIPÄ LOKAKUU  
SETÄ

APINÄ

KÄTU

JULISTE

TUKHOLMA

SAVUPIIPPU

OLKIHÄTTU KEIJU

TONNIKALA

PIKKILANKA

TÄTUOINTI KAHVI-

PÄNNU

KILPIKONNA

YÖPUKU

SOTÄ

KYLKILUU

SANOMALEHTI

MAKUUPUSSI

LAIVA






MAKARONILAAATIKKO

WC

HERÄ-

TYSKELLO

## MIMMONEN FIILIS?

	<u>HYVÄN TUULINEN</u>	<u>ILOINEN</u>	<u>IHMEISSÄÄN</u>	<u>SURULLINEN</u>	<u>VIHAINEN</u>
					
<b>KESKIVIIKKO</b>					
AAMU					
PÄIVÄ					
ILTA					
<b>TORSTAI</b>					
AAMU					
PÄIVÄ					
ILTA					
<b>PERJANTAI</b>					
AAMU					
PÄIVÄ					
ILTA					
<b>LAUANTAI</b>					
AAMU					
PÄIVÄ					
ILTA					
<b>SUNNUNTAI</b>					
AAMU					
PÄIVÄ					
ILTA					
<b>MAANANTAI</b>					
AAMU					
PÄIVÄ					
ILTA					